

રાઈ જેટલી સાવધાની પહાડ જેટલો લાભ



વેમૂરિ બલરામ

VISIT…

LANZAROTE Caliente.com



રાઈ જેટલી સાવધાની



પહાડ જેટલો લાભ

વેમૂરિ બલરામ





આર. આર. શેઠ ઍન્ડ કંપની પ્રા. લિ.

eBook

જીવનમાં આવતી મોટાભાગની નિષ્ફળતાઓ કે આકસ્મિક ઘટનાઓને તમે સહજતાથી ટાળી શકો, જો સહેજ સાવધાની રાખતાં આવડી જાય તો! ‘બ્રેક’ની જરૂર ફક્ત વાહન માટે જ ન હોય, વાણી માટે પણ એટલી જ મહત્ત્વની છે. તમે વાચન, વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં જેટલી સાવધાની રાખશો, તમારો જીવન વ્યવહાર એટલો જ ‘સત્યમ્, શિવમ્ અને સુન્દરમ્’નો પર્યાય બની જશે.

સાવધાની ભલે રાઈ જેટલી જ રાખો, લાભ તો તમને પહાડ જેટલો થવાનો જ છે! આ પુસ્તક તમને પળે અને સ્થળે સ્થળે સાવધાની રાખવાની પ્રેરણાત્મક કળા શીખવશે!

રાઇ જેટલી સાવધાની, પહાડ જેટલો લાભ

વેમૂરિ બલરામ



આર. આર. શેઠ એન્ડ કંપની પ્રા. લિ.

પુસ્તક પ્રકાશક અને વિક્રેતા

૧૧૦, પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ

અર્થબાગ

મુંબઈ ૪૦૦ ૦૦૨

ટેલિ. (૦૨૨) ૨૨૦૧૩૪૪૧

'દ્વારકેશ'

રૉયલ ઍપાર્ટમૅન્ટ પાસે. ખાનપુર

અમદાવાદ ૩૮૦ ૦૦૧

ટેલિ. (૦૭૯) ૨૫૫૦૬૫૭૩

Visit us at: www.rrsheth.com

Email: sales@rrsheth.com

Rai Jetli Savdhani, Pahad Jetlo Labh

Inspirational Articles

Originally Written in English as

Dew Drops: Speaks About You

Written By Vemuri Balaram

Published by R. R. Sheth & Co. Pvt. Ltd.

Mumbai □ Ahmedabad

2015

મુદ્રણો

પ્રથમ આવૃત્તિ : ડિસેમ્બર, ૨૦૧૨

પુનર્મુદ્રણ : મે, ૨૦૧૩

પુનર્મુદ્રણ : મે, ૨૦૧૪

પુનર્મુદ્રણ : માર્ચ, ૨૦૧૫

પ્રકાશક

આર. આર. શેઠ ઍન્ડ કંપની પ્રા. લિ.

મુંબઈ ૪૦૦ ૦૦૨ □ અમદાવાદ ૩૮૦ ૦૦૧

Vemuri, Balram

Rai Jetli Savdhani, Pahad Jetlo Labh

Balram Vemuri

Ahmedabad: **R. R. Sheth & Co. Pvt. Ltd.** , 2015

Pages: 104, 21.6 × 14 cm.

EISBN: 978-93-82503-12-5

(1) Philosophy (2) Ethics (3) Inspiration I. Title

DDC: 179

મિત્રનું પ્રિય સંભાષણ

વેમૂરિ – તેલુગુ ભાષા-બોલતા લોકોના ઘર ઘરમાં 'સ્વાતિ'ના મોતીનો બૌદ્ધિક ઉજાસ પ્રગટાવે છે. જેમ આકાશના છીપલામાં હસતો તારલો એક મોતી સમાન છે, પ્રકૃતિના છીપલામાં સમય એક મોતી સમાન છે એમ તેલુગુ ભાષાની પત્રિકાઓના મહાસાગરમાં દર અઠવાડિયે પ્રગટ થતી પત્રિકા 'સ્વાતિ' અમૂલ્ય મોતી સમાન છે.

બલરામ કલમ રૂપી હળથી 'કૉલમ'નું ખેતર ખેડે છે. એવું કહેવાય છે કે સ્વાતિ નક્ષત્રમાં વરસતાં ટીપાંમાંથી મોતી ઉત્પન્ન થાય છે. 'સ્વાતિ' પત્રિકા દર અઠવાડિયે વરસતો પહેલો વરસાદ છે. તારલાની જેમ ચમકતી 'સ્વાતિ' પત્રિકા તેલુગુ વાચકોની આંખોમાં ચમકે છે. દર અઠવાડિયે નવા અંક માટે કરોડો આંખો ઉત્સુકતાથી પ્રતીક્ષા કરે છે. સજાવટથી શોભતું મુખપૃષ્ઠ, વિચારને અનુરૂપ ચિત્રસૃષ્ટિ, જીવથી શિવ સુધીની સૂક્ષ્મ વૈચારિક યાત્રાનાં રસયુક્ત વર્ણન સાથે 'સ્વાતિ', તેલુગુ વાચકોને મનપસંદ બૌદ્ધિક ભોજન જમાડે છે.

શ્રી બલરામનો 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' (ઝાકળબિંદુ) રૂપી અગ્રલેખ પત્રિકાના અન્ય પૃષ્ઠો સમાન છે. કુદરતનાં ટીપાં નીચે પડીને ખેતરની માટીને સીંચીને અનોખી સુગંધની ભેટ ધરે છે. 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' (ઝાકળબિંદુ) જીવન રૂપી ખેતરમાં કોરા મનને ભીનું આલિંગન આપી માનવતાની સુગંધ પ્રસરાવે છે.

જે પત્રિકામાં અમૂલ્ય વિચારોનાં મૂલ્યવાન મોતી ઝળહળે છે એ પત્રિકાની પ્રશંસામાં એટલું જ કહી શકાય:

– 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' એટલે વાદળોના પરસેવામાંથી નીકળેલાં મૈત્રીનાં ટીપાં

– 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' એટલે મનથી પલ્લવિત આત્મબોધ

– 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' એટલે સૂકી ધરતીને ભેટરૂપે આંસુ આપનારી કરુણાની મૂર્તિ

– 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' એટલે દુ:ખી હૃદયને ગુલાબજળની ભેટ આપનારી પુણ્યમૂર્તિ

બલરામના 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' (ઝાકળબિંદુ) તેલુગુ વાચકોનાં મનને સાંત્વન આપનારાં સૂક્ષ્મ ગીત છે. ટીપાં સ્વાતિમાં વરસે છે અને વાચકોનાં મનમાં અંકિત થઈ જાય છે, જે એમના જીવનને સદાબહાર બનાવે છે.

દર અઠવાડિયે આવનાર મોતીઓને ગાંઠથી બાંધીને શ્રી વેમૂરિ બલરામે ખૂબ લાડકોડથી આપણી સામે મૂકી દીધાં છે.

પત્રિકા માટે 'સ્વાતિ'નું નામ જેટલું સહજ અને મનોહર છે, 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' (ઝાકળબિંદુ) શીર્ષક પણ એટલું જ સ્વાભાવિક અને સુંદર છે. જ્યારે બરફનું જામી ગયેલું વાદળ તડકામાં પીગળી ઊઠે છે, ત્યારે જીવનસારનું એક ટીપું બને છે. એવી જ રીતે જીવનમાં સુખદુઃખ અને સંપત્તિ-વિપત્તિ રૂપી વાદળોના તાપથી બલરામના મનમાંથી પીગળીને નીકળેલા અનુભવોની અક્ષરમાળા જ આ અગ્રલેખના સ્પંદનબિંદુ છે. એક એક પૃષ્ઠનો દરેક લેખ એક છીપમાં ચમકતા જિગરી દોસ્તનું પ્રિય સંભાષણ છે.

બલરામ રાજકારણ વિશે નથી કહેતો, પરંતુ રાજકારણની રાક્ષસી પ્રવૃત્તિને બહાર ખેંચે છે. બલરામ સંદેશ નથી આપતો, પરંતુ રુશ્વતને બતાવીને કતર્વ્યબોધ કરાવે છે. બલરામ કાલક્ષેપ કે વિલંબની વાતો કરીને કલમથી ઘા નથી કરતો, પરંતુ સમય જતાં કામ આવતાં સાચાં જીવન-મૂલ્યો વિશે સ્પષ્ટરૂપે જણાવે છે. એ મશ્કરી નથી કરતો, પરંતુ હસતાં-હસતાં આપણાં મનને સચેત કરે છે. સુક્તિઓ માટેના અગ્રલેખને સુભાષિત રત્નાવલી સમાન નથી બનાવતો, પરંતુ નવીનતાની રચના કરે છે. બલરામની કલમ જીવન રૂપી ખેતરને બેડે છે. હળથી સીધી કેડી બનાવે છે. વર્તમાન રૂપી બીને ભવિષ્ય માટે વાવે છે. સમયને અનુરૂપ અનુભવોનો વરસાદ વરસાવે છે સચેતને આપણાં મનમાં ઉગાડે છે. કલમ લગાવનાર છે – બલરામ અને પાક લેનાર છે – વાચકો. ખરેખર 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ' તેલુગુ વાચકોને પ્રકાશ ભણી લઈ જવા પ્રેરે છે.

ટીપાંને મોતીનું રૂપ આપનાર શિલ્પી છે, બલરામ. મોતીનું રંગીન હોવું ખાસ જરૂરી છે. આ સંસ્કરણનો દરેક લેખ એક મોતી છે. તેની પાઘડી (શીર્ષક) વીજળીની ચમક છે. કમરબંધ બીજી એક ચમક છે. ઉપસંહાર અંતિમ ચમક છે. મસ્તકની ચમક મનની વાત માટે મણિમુગટ છે. વચ્ચેની ચમક દરેક વિષય માટે રેશમી પટ્ટાની જેમ ચમકે છે. ઉપસંહાર ઉક્તિરૂપે, સુભાષિત રૂપે અથવા સરળ સૂચન રૂપે ઝળકે છે જે હિતકર બનીને મનના સાંનિધ્યમાં વસવાટ કરે છે અને વાચકોની સ્મૃતિમાં ઘણા સમય સુધી જીવે છે.

દર અઠવાડિયે પરિવાર માટે 'સ્વાતિ ચિનુકુલ' (ઝાકળબિંદુ) વરદાન બનવું જોઈએ. 'સ્વાતિ ચિનુકુલુ'નું મૌન ગીત આ છે: સારપને વાવવી એ જ અમારું કામ છે, બીજાના હિતમાં જ આપણું ભલું છે. એટલા માટે જ તે આજની ઉત્તમ ઉક્તિ છે, અતિ ઉત્તમ ગીત છે, બલરામનો જીવનરાહ છે!

(જિ. વિ. સુબ્રહ્મણ્ય)

માજી ઉપકુલપતિ, પોટ્ટી શ્રી રામુલુ તેલુગુ વિશ્વવિદ્યાલય

અનુક્રમણિકા

આમંત્રણ

આપણે લગ્નોત્સવ, ગૃહપ્રવેશ જેવા અનેક શુભ પ્રસંગ આપણા ઘરમાં ઊજવીએ છીએ. તે વખતે આપણે સગાંસંબધી, મિત્રો અને શુભ ચિંતકોને આમંત્રણ આપીએ છીએ. આવા આમંત્રણનો એક જ હેતુ હોય છે કે આપણે બધાં એક જગ્યાએ ભેગા થઈએ અને પરસ્પર આનંદ માણીએ.

પરંતુ આજકાલ આવા પ્રસંગો માત્ર પ્રદર્શન જેવા બની ગયા છે.

આપણે વિચારીએ છીએ કે જેટલા વધુ લોકોને આમંત્રણ આપીશું, એટલો જ મોટો પ્રસંગ ગણાશે.

મહેમાનોને બોલાવ્યા પછી આપણી પાસે તેમને મળવાનો, અભિવાદન ઝીલવાનો ય સમય હોતો નથી. બને છે તેના કરતાં ઊલટું, આમંત્રિત મહેમાન સામે ચાલીને આપણી પાસે આવીને એમ કહીને પોતાની હાજરી નોંધાવે છે કે, ‘અમે આવ્યા.’

જો આપણે કોઈ વ્યક્તિને નહીં બોલાવીએ તો તેને ખોટું લાગી જશે. જો આપણે હાજરી નહીં આપીએ તો તેને સારું નહીં લાગે, એટલા માટે જ આપણે પ્રસંગોમાં હાજર રહીએ છીએ. આજે બધાં જ જાણે છે કે પ્રેમ અને આત્મીયતા પહેલાં જેવાં નથી રહ્યાં. જો કે એટલા બધા અતિથિઓને આમંત્રણ આપી દેવાના લીધે મહેમાન સાથે બે મિનિટ વાત કરવાની ય ફુરસદ યજમાન પાસે હોતી નથી.

વળી, આવા પ્રસંગોએ જમણવારના સ્થળે ભીડ એકત્રિત થવાથી ધક્કામુક્કી થાય, એમાં નવાઈ નહીં

આમ, આમંત્રણ, જમણવાર વગેરે બધું જ મર્યાદા બહાર થઈ જાય છે. જે અંતે ખોટા ખર્ચાથી વિશેષ કંઈ નથી. વર્તમાન સંજોગો ધ્યાનમાં રાખતાં, હવે આ બધા પર નિયંત્રણ મૂકવું જરૂરી બની ગયું છે.

જો ખર્ચાને પહોંચી વળવા માટે દેવું કરવું પડે, તો એ પ્રસંગનો આનંદ શું માણવો? આથી આ પ્રથા બદલવી જરૂરી છે.

‘જ્યારે પણ આપણે કોઈ પ્રસંગ ઊજવીએ ત્યારે આપણે સાચવી શકીએ તેટલા જ લોકોને આમંત્રણ આપવું જોઈએ.’

તેનાથી બંને, મહેમાન અને યજમાનને આનંદ મળશે. એકવાર આ પ્રથા શરૂ થશે, તો પ્રસંગ ધાર્મિક હોય કે સામાજિક, ખરેખર તેની સાર્થકતા સિદ્ધ થશે. તે ખરેખર આનંદનો અવસર બની રહેશે.

ઉપયોગિતાનું મહત્ત્વ

આપણો જન્મ થાય છે ત્યારથી જ આપણે બધું શીખવું પડે છે. એનો અર્થ એવો નથી થતો કે દરેક વ્યક્તિએ દરેક બાબત શીખવી જરૂરી છે અને દરેક ક્ષેત્રમાં જાણકારી હાંસલ કરવી જરૂરી છે.

જોકે દરેક બાબતમાં આવડતની જરૂર છે ખરી. જે કામને સરખી રીતે સમજે છે એ વ્યક્તિ જ આગળ વધે છે. જેને કશી બાબતની ખબર નથી હોતી એ વ્યક્તિ ત્યાંની ત્યાં જ રહે છે.

જે વ્યક્તિ સતત નવું નવું શીખતી રહે છે, એક સમયે તેને એવું લાગે છે કે તેણે બધું જ શીખી લીધું છે, પણ ત્યાં સુધીમાં તો જીવન પૂરું થવાના આરે આવી જાય છે. વ્યક્તિને વૃદ્ધત્વ ઘેરી વળે છે.

તે વખતે શરીર સાથ આપતું નથી. મગજ પણ પહેલાંની જેમ ઝડપી કામ કરતું નથી કે જેથી આપણે શીખેલી બાબતને અમલમાં મૂકી શકીએ. એટલે આપણે સમર્થ હોવા છતાં પણ ઘણું કામ કરી શકતાં નથી.

આવા સંજોગોમાં આપણે જેટલું શીખ્યા છીએ, તેનો ઉપયોગ યોગ્ય રીતે કરવો જોઈએ. કાર્ય કરતી વખતે આપણા વિચારો અને અનુભવનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

બસ, ત્યારે જ વ્યક્તિને યોગ્ય ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે અને તે આનંદ માણી શકે છે. જોકે, ઘણું બધું શીખી લીધું હોવા છતાં આપણે હજી ઘણું ઘણું શીખવાનું બાકી રહે છે.

એક દિવસ એક શિષ્ય તેના ગુરુ પાસે ગયો અને કહ્યું, વીસ વર્ષના લાંબા અનુભવ પછી તેણે આકાશમાં ઊડવાનું શીખી લીધું છે. ત્યારે ગુરુએ જવાબ આપ્યો, “જે કાર્ય એક નાનકડું પક્ષી સરળતાથી કરી શકે છે, એને શીખવામાં તેં કિંમતી વીસ વર્ષ કાઢી નાખ્યાં?”

અર્થાત્ આપણે જે કંઈ પણ શીખીએ છીએ, તે આપણી સાથે સાથે સમાજને પણ ઉપયોગી હોવું જોઈએ. સતત કંઈક ને કંઈક શીખતાં રહેવાની ચાહનામાં આમ તેમ ભટકતાં રહેવા કરતાં તો ઉચિત એ જ છે કે, તમે જે પણ કંઈ થોડું ઘણું શીખ્યા હો તેને અમલમાં મૂકો. પછી આ જીવન અપૂર્ણ નહીં રહે. જીવનનો આનંદ ભરપૂર રીતે માણી શકાશે.

ચાર દિશાઓ કેમ છે?

દરેક વ્યક્તિની પોતાની આગવી સ્ટાઇલ હોય છે. દરેક વ્યક્તિ પોતાને મનગમતી રીતે જ વર્તે છે. કેટલાક લોકોમાં ગજબની ઝડપ હોય છે. બીજા કેટલાક ધીમા હોય છે. વળી, કેટલીક વ્યક્તિઓ આ બે વચ્ચેની હોય છે. અર્થાત્ આ જગતમાં વિવિધ પ્રકારનું વ્યક્તિત્વ ધરાવતાં લોકો હોય છે.

એવું કહેતાં જરા આશ્ચર્ય થાય છે કે, ઘણી વાર આપણું વર્તન બીજાને માટે હાસ્યાપદ બની જાય છે. એવી જ રીતે બીજાનું વર્તન આપણા માટે મૂર્ખતાભર્યું હોય છે. એટલે એકબીજાની ભૂલો કાઢવી અને ટીકા કરવી સારી વાત નથી.

આમ તો દરરોજ જુદી જુદી વ્યક્તિઓ દ્વારા રોજિંદું કામ જુદી જુદી રીતે કરવામાં આવે છે. નહાવા-ધોવાથી સવાર પડે ત્યાંથી લઈને વ્યક્તિ રાતે પથારી ભેગી થાય ત્યાં સુધીનું બધું કામ જુદી જુદી રીતે થાય છે.

અરે, પરિવારમાં ય બધા લોકો જુદા જુદા સમયે જ પથારીમાંથી ઊભા થાય છે. એવી જ રીતે ઊંઘે છે પણ જુદા જુદા સમયે. આના પરથી આપણે એવું તારણ કાઢી શકીએ છીએ કે દરેક વ્યક્તિ પોતાની રીતે જીવે છે. દરેકની પોતાની આગવી સ્ટાઇલ હોય છે અને દરેક વ્યક્તિ પોતાની રીતે કામને ખૂબ સારી રીતે પાર પાડી શકે છે.

એટલું જ નહીં, આપણે કોઈ કામ કરવાનું હોય કે મેળવવાનું હોય, તો પણ આપણને શું પસંદ છે એ જાણવું જરૂરી છે. આ ઉપરાંત આપણા માટે એ જાણવું પણ એટલું જ જરૂરી છે કે અન્ય વ્યક્તિ કયું કાર્ય સારી રીતે કરી શકે છે. જો આપણને કોઈ વ્યક્તિની કાર્યક્ષમતા પર વિશ્વાસ હશે, તો તેનું પરિણામ પણ સારું જ મળશે. જો આપણે પોતે એ જ નહીં જાણતાં હોઈશું કે આપણને શું જોઈએ છે, તો પરિણામ ધાર્યું મળવાનું જ નથી. વળી, કામ પણ બગડશે તે જુદું.

જે દિવસે આપણા મગજમાં એ સ્પષ્ટ થઈ જશે કે આપણો હેતુ શું છે, આપણી મંજિલ શું છે, ત્યારે તમે જોજો, આ જગતમાં એટલા બુદ્ધિશાળી લોકો છે, જે તમને મદદરૂપ થવા દોડતા આવશે.

આમ, દરેક વ્યક્તિની પોતાની આગવી પસંદ હોય છે, પોતાના ગમા-અણગમા હોય છે. જો તે એનું અનુકરણ કરે તો સફળતા તેના કદમ ચૂમશે, એમાં બેમત નથી.

ભગવાનનાં દર્શન

હું અહીં આસ્તિક લોકોની વાત કરી રહ્યો છું, જેમને ભગવાનમાં વિશ્વાસ છે. નાસ્તિકની ચર્ચા કરવી વ્યર્થ છે. તેઓ ભગવાનમાં માનતા નથી, એટલે એમના વિશેની કોઈ સમસ્યા ઊભી થતી નથી. આપણે ભગવાનનાં દર્શન કરવા મંદિરે જઈએ છીએ. ઘણી બધી તકલીફો વેઠીને વૈષ્ણોદેવી અથવા અમરનાથની યાત્રા કરવા જઈએ છીએ.

પરંતુ ત્યાં જઈને ખરેખર શું આપણે ભગવાનનાં દર્શન સરખી રીતે કરી શકીએ છીએ? ઈશ્વરની મૂર્તિને આંખોમાં કે દિલમાં વસાવી શકીએ છીએ? ખરી વાત તો એ છે કે આપણે એવું કરવામાં નિષ્ફળ રહીએ છીએ.

ઈશ્વરની મૂર્તિની સામે જતાં જ આપણે આંખો બંધ કરી ગાલને હળવે હળવે થપથપાવીએ છીએ, બે હાથ જોડીને નતમસ્તક થઈ પ્રણામ કરીએ છીએ. એટલું જ નહીં, જો જગ્યા મળે તો દંડવત્ પ્રણામ કરીએ છીએ. એ પછી ઈશ્વર પાસેથી અઢળક માંગણીઓ કરીએ છીએ. આટલું થતાં સુધીમાં તો ભીડ દ્વારા ધક્કે ચઢાવાય છે. “આગળ ચાલો... આગળ ચાલો...” અને આપણે મંદિરમાંથી ભારે હૈયે બહાર આવી જઈએ છીએ. આના લીધે આપણે ખુલ્લી આંખે ઈશ્વરનાં દર્શન પણ સરખી રીતે નથી કરી શકતા. તેમને હૃદયમાં સ્થાન નથી આપી શકતાં.

શું આપણે ઘરમાં આંખો બંધ કરીને ગાલને થપથપાવી ઈશ્વરનાં દર્શન ન કરી શકીએ? તો પછી માત્ર આટલું અમથું કામ કરવા માટે આપણે શા માટે આટલી તકલીફ વેઠીને દૂર જઈએ છીએ?

શું ઈશ્વરને આપણી ઇચ્છાની જાણ નથી? શું ઈશ્વર નથી જાણતો કે આપણે શું જોઈએ છે? શું એના ધ્યાન પર લાવવા માટે આ બધું કરવું જરૂરી છે? ઈશ્વર બધું જ જાણે છે. તેને આપણી ઇચ્છાઓ વિશે બધી જ ખબર છે. તે આપણા માટે બધું જ કરી છૂટે છે. આપણે જે જોઈએ તે આપે છે.

એટલે હવેથી જ્યારે તમે મંદિરે ઈશ્વરનાં દર્શન કરવા જાઓ, ત્યારે આંખો બંધ કરવાને બદલે ખુલ્લી રાખજો. થોડાક સમયમાં જ ઈશ્વરને આંખો વડે દિલમાં વસાવી લેજો. ઈશ્વરના ભવ્ય અને સુંદર રૂપનાં બરાબર દર્શન કરવાં જોઈએ.

કર્મ કરતાં રહીશું, કર્મ જીવન છે

આપણે અવારનવાર કહીએ છીએ કે, આજકાલ સમય જરા ખરાબ ચાલે છે. સમય સાથ નથી આપતો, પણ સાથ આપશે કેવી રીતે? શું આપણે સમયની કિંમત જાણીએ છીએ? થાકેલું શરીર આરામ ઇચ્છે છે, તેમ છતાં આપણે આમ તેમ હરતાફરતા રહીએ છીએ. જ્યારે કામ કરવાનો સમય હોય છે, ત્યારે આપણે ઊંઘીએ છીએ. આ સિવાય આપણે અનિયમિત સમયે ભોજન કરીએ છીએ, નકામી વાતોમાં સમય વેડફીએ છીએ.

જો આપણે સમયસર ભોજન અને આરામ કરીએ, તો આપણે ચોક્કસ તંદુરસ્ત રહીશું. વડીલો કહી ગયા છે કે ૭-૮ કલાકની ઊંઘ ઉચિત છે. એમાંય વળી રાત્રે ઊંઘવું વધુ સારું છે. રાત્રે આમ તેમ રખડવું ઉચિત નથી, પરંતુ આપણે ક્યાં કશું ધ્યાન પર લઈએ છીએ? એક કાનથી સાંભળીને બીજા કાનથી કાઢી નાંખીએ છીએ. સૃષ્ટિના દરેક જીવો રાત્રે ઊંઘે છે. કુદરતના નિયમોનું પાલન કરવું જરૂરી છે. કુદરતની વિરુદ્ધ જવાથી આપણું તન અને મન અવળી દિશામાં દોરાય છે. જૂના જમાનામાં જો લોકો મોડી રાત્રે ફિલ્મ જોવા ગયા હોય કે લગ્ન સમારંભમાં હાજરી આપી આવ્યા હોય તો બીજા દિવસે આરામ કરી લેતાં હતાં, જેથી થાક ઊતરી જાય.

આજના સમયમાં આવું શક્ય નથી. બધું જ ખૂબ ઝડપથી ચાલે છે, એમ કહો કે દોડે છે. અરે, ફાસ્ટ ફૂડનો જમાનો આવી ગયો છે. જો કે, આજકાલ જીવન ૪૮ થી ૫૫ વર્ષ જેટલું વધી ગયું છે એવું કહેવાય છે, પરંતુ શું આપણે તંદુરસ્ત જીવન જીવીએ છીએ? એવું વિચારવું યોગ્ય નથી કે જીભને જે સ્વાદિષ્ટ લાગે તે સારું ભોજન છે અને આંખો બંધ કરી લીધી એટલે ઊંઘી ગયા. હકીકતમાં વ્યક્તિએ નિયમોનું પાલન કરવું જોઈએ, જે તેના પોતાના માટે જરૂરી છે. જે વ્યક્તિ સમયાનુસાર ચાલે છે એ જ સાચી વ્યક્તિ છે. જે વ્યક્તિ ખૂબ મહેનત કરે છે એ જ સમયની સાચી કિંમત જાણે છે. તે વ્યક્તિ સમયસર થાકે છે, કારણ કે તેણે સમયસર કામ શરૂ કર્યું હોય છે અને સમયસર કામ પૂરું કર્યું હોય છે. તેને ઘડિયાળની જરૂર નથી. સમય તેનો સાથી છે. તેનાથી સમયની સાચી કિંમત તેને સમજાય છે. હકીકતમાં આળસુ વ્યક્તિને જ ઘડિયાળની જરૂર હોય છે.

કડવું સત્ય

આપણે હંમેશાં કહીએ છીએ કે શરીર પર થયેલી ઈજા ભૂલી જવાય છે, પરંતુ દિલ પર પડેલા ઘા જીવનભર યાદ રહી જાય છે.

આવું શા માટે? કદાચ એટલા માટે કે શરીર પર થયેલી ઈજા પર તો મલમ લગાવી શકાય છે, જ્યારે દિલ પર પડેલા ઘાનો કોઈ ઇલાજ નથી.

કોના શબ્દો આપણા દિલ પર ઘા કરે છે? એના, જેને આપણે પ્રેમ કરીએ છીએ? આપણી પોતાની નજીકની વ્યક્તિના શબ્દો જ આપણને સહુથી વધુ દુ:ખ પહોંચાડે છે. બીજી કોઈ વ્યક્તિ કશું કહી જાય તો આપણે તેની પરવા નથી કરતા.

ખરેખર જેને આપણે ખૂબ પ્રેમ કરીએ છીએ, એ જો આપણું અપમાન કરે તો તે આપણા દિલ પર ઘા કરી જાય છે. પરંતુ એક સમયે તે પણ આપણને ખૂબ પ્રેમ કરતાં હતાં એ આપણે કેમ ભૂલી શકીએ? જે વ્યક્તિ આપણને એટલો બધો પ્રેમ આપે છે, તે ક્યારેક કંઈ બોલી જાય તો એમાં ખોટું લગાડવાની જરૂર શી છે? આ તો અન્યાય કહેવાય!

એનો મતલબ એ થયો કે આપણે માત્ર એક કઠોર શબ્દથી એટલા નારાજ થઈ ગયા કે આપણે તેનો એટલો જ પ્રેમ ભૂલી ગયા. તેણે આપણું ઘણું કામ કર્યું એ પણ ભૂલી ગયા.

બીજા માટે આપણે ઘણું બધું બોલી જઈએ છીએ, પરંતુ આપણે પોતે અન્યને કેટલો પ્રેમ આપીએ છીએ? આજના જમાનામાં ખરેખર આપણી સંભાળ રાખે એવા લોકો બહુ ઓછા જોવા મળે છે. એક કઠોર શબ્દના લીધે આપણે જીવનમાં એક સારી વ્યક્તિ ગુમાવી બેસીએ છીએ. પોતાના આત્મસન્માનને પંપાળવા બેસી જઈએ છીએ. પછી અમે તો બધું પચાવી લઈએ, પણ અપમાન નહીં એવું બધાને કહેતાં ફરીએ છીએ.

જગતમાં એવા ઘણા લોકો છે, જે મીઠું મીઠું બોલીને છેતરી જાય છે. શું તેઓ ખરેખર સારા હોય છે?

જે વ્યક્તિ આપણું ધ્યાન રાખે છે, એ જ આપણને ઠપકારી શકે.

જે વ્યક્તિ આપણને ખૂબ પ્રેમ કરે છે, એ જ આપણને કડવાં વેણ સંભળાવી શકે.

નસીબ પર બધાંનો હક છે

જો કોઈને કોઈ સફળતા મળે છે તો આપણે તરત કહીએ છીએ, “આ તો નસીબદાર છે.’’ આપણે તેનો પ્રચાર કરવામાં લાગી જઈએ છીએ કે, “તેના નસીબ સારા છે. તેને કોઈ અદૃશ્ય હાથની મદદ મળે છે.’’

આપણે સફળતા પાછળ એ વ્યક્તિનું પ્રદાન, તેનો સંઘર્ષ, તેનાં બલિદાન, તેના દૃઢ નિશ્ચિયને કશું મહત્ત્વ આપતાં નથી.

માત્ર આળસુ જ નસીબની રાહ જુએ છે. “આ મારું દુર્ભાગ્ય છે. જે કંઈ થવાનું છે તે થઈને રહેશે.’’ આ વિચારો જ આપણને પરિશ્રમથી દૂર રાખે છે.

જ્યારે કંઈક કામ કરીને સારું પરિણામ મેળવવાનો સમય હોય છે, ત્યારે આપણે નસીબનો વિચાર કરતાં બેસી રહીએ છીએ.

જાત મહેનતથી જ બધું મળે છે. કંઈક મેળવવા માટે કંઈક ગુમાવવું પડે છે. આપણે એવું કેવી રીતે કહી શકીએ કે, ખુશી અને જીત આપણાં છે અને સંઘર્ષ તથા હાર એ આપણાં કર્મ છે, આપણું દુર્ભાગ્ય છે.

નસીબ એ ભગવાને આપેલું છે એટલે તેના પર સહુ કોઈનો અધિકાર છે. બધાં તેને માગે છે. નસીબ માટે ખાસ પ્રયાસ કરવાની જરૂર હોતી નથી. જો આપણે કઠોર પરિશ્રમ કરતા આગળ વધીશું તો નસીબ આપણી પાછળ પાછળ આવશે.

શું બી વિના ઝાડ કે ઝાડ વિના બીની શક્યતા છે? એવી જ રીતે શું કામ કર્યા વિના પરિણામની આશા રાખી શકાય? શું માત્ર નસીબની રાહ જોયા કરવાથી આપણે જે જોઈએ તે મેળવી શકીએ છીએ?

આપણી તંદુરસ્તી

તંદુરસ્તી સહુથી મોટું ધન છે, એમાં શંકા નથી. સામાન્ય રીતે શરીરની પ્રકૃતિ ઉપર તેનો આધાર હોય છે. ક્યારેક આપણા વિચારો જ રોગનું મૂળ કારણ હોય છે.

વિજ્ઞાને તંદુરસ્તીના કેટલાક નિયમો બનાવ્યા છે એ વાત સાચી છે, પરંતુ તે દરેક વ્યક્તિની પ્રકૃતિ મુજબ જુદા જુદા હોય છે. જેવી રીતે દરેક વ્યક્તિનો સ્વભાવ અલગ અલગ હોય છે. કેટલીક બાબતો આપણને માફક આવે છે તો કેટલીક નથી આવતી. એ બધાનું ધ્યાન રાખીએ અને કેટલાક નિયમોનું પાલન કરીએ, તો આપણી તંદુરસ્તી જળવાયેલી રહેશે. આપણું શરીર સ્વસ્થ રહેશે.

ઘણી વાર આપણે એવી દલીલ કરીએ છીએ કે સામેવાળી વ્યક્તિમાં અનેક કુટેવો હોવા છતાં તે તંદુરસ્ત છે અને આપણે એવા કેમ નથી. આપણે એવી સરખામણી ન કરવી જોઈએ. સાથોસાથ એના જેવી આદતો અપનાવવાની પણ જરૂર નથી. તંદુરસ્તીના ભોગે એવું ન કરાય. એક વ્યક્તિ અને બીજી વ્યક્તિ જોવામાં પણ એકબીજાથી જુદી હોય છે. આ જગતમાં જ્યારે બે વ્યક્તિઓ એક સરખી નથી, તો વિચારો એક સરખા કેવી રીતે હોઈ શકે.

રોગ જુદો હોય છે અને બીમારી જુદી હોય છે. કેટલાક લોકોને કોઈ રોગ હોય તો પણ હરીફરી શકે છે. તંદુરસ્ત દેખાય છે. જ્યારે કેટલાક લોકોને કોઈ રોગ ન હોવા છતાં બીમાર જેવા લાગે છે. આપણે સમજવું જોઈએ કે આપણી તંદુરસ્તી માટે આપણી શારીરિક અને માનસિક અવસ્થા વધુ જવાબદાર હોય છે.

કેટલીક બાબતો વિજ્ઞાનથી અલગ હોય છે. રોગનો ડર પણ આપણને વધુ બીમાર બનાવે છે. તંદુરસ્તી ઉપર તેની માઠી અસર પડે છે. મગજની જેમ જ શરીરનો પણ પોતાનો સ્વભાવ હોય છે. આથી ભલાઈ એમાં જ છે કે પોતાનાં મગજ અને શરીરની પ્રકૃતિ મુજબ જ જીવન જીવવું જોઈએ.

અંધકાર પ્રકાશને જન્મ આપે છે

નાનપણથી જ આપણને બીજાના આદેશોનું પાલન કરવાની, તેમના નિયંત્રણમાં રહેવાની ટેવ પડી ગઈ હોય છે. અનુશાસનમાં રહેવાની ટેવ પડી ગઈ હોય છે. ઘરમાં માતાપિતા, બહાર મોટેરાંઓ, સ્કૂલમાં શિક્ષકના આદેશ માનવા પડે છે. એટલા માટે આપણે સ્વતંત્ર રીતે વિચારી જ નથી શકતાં.

એના પરિણામે ક્યારેક કોઈ આપણને કશું પૂછે છે, તો આપણે વ્યવસ્થિત જવાબ પણ આપી શકતાં નથી. આપણી પાસે એટલી જાણકારી કે જ્ઞાન પણ હોતાં નથી.

જવાબ ન આપવાનું તો બાજુ પર રહ્યું, આપણામાં તો સવાલ પૂછવાની ય હિંમત નથી. વળી, ક્યારેક કંઈક પૂછવાનું થાય તો ખોટું થઈ જાય છે. અરે, એટલે સુધી કે ક્યારેક “કેમ છો” પૂછવામાં ય ગડથોલાં ખાઈ જઈએ છીએ.

જો કોઈ સ્ત્રી પોતાના બાળકને તેડીને ઊભી હોય છે, તો આપણે પૂછીએ છીએ “કેમ બહેન, તારું બાળક શું ચાલી નથી શકતું?” એક તંદુરસ્ત બાળક વિશે આવો સવાલ પૂછવો શું યોગ્ય છે?

જો આપણો પરિચિત વ્યક્તિ ઉતાવળે ક્યાંક જઈ રહી હોય છે, તો પણ આપણે તેને પૂછી લઈએ છીએ, “કેમ ક્યાં જાઓ છો?” આવા નકામા સવાલો સૂચવે છે કે આપણે કંઈક સારું જોવાનું ગુમાવી બેઠાં છીએ. જાણે કે આપણે બુદ્ધિનો સારો ઉપયોગ કરવાનું જ ભૂલી ગયા છીએ. જ્યારે પણ કંઈ બોલીએ છીએ, સામેવાળી વ્યક્તિને મનદુઃખ થાય તેવું બોલીએ છીએ.

આ રીતે આપણે બધાંની સામે ઉઘાડા પડી જઈએ છીએ. આપણાં બાળકોને આપણે કંઈક સવાલ પૂછવાની છૂટ આપવી જોઈએ. આપણે જ્યારે તેમની સાથે વાત કરીએ, ત્યારે તેમને સંતોષકારક જવાબ આપવો જોઈએ. તેમને સવાલ પૂછવાની સ્વતંત્રતા આપવી જોઈએ. જ્યારે તેઓ “કેમ” અથવા “શું'' જેવા સવાલ કરે છે, ત્યારે આપણી ફરજ છે કે તેમને યોગ્ય જવાબો આપીને સરખી રીતે સમજાવીએ.

બાળકોને ધીરજપૂર્વક વ્યવસ્થિત રીતે સારી બાબતો શિખવાડવી જોઈએ. આદેશ આપવો એ મૂર્ખતા છે. બુદ્ધિશાળી લોકો વ્યવસ્થિત રીતે સમજાવે છે.

શુક્રવારનું ધન

આપણી પોતાની કેટલીક લાગણીઓ હોય છે. તેના કારણે જ્યાં સુધી બીજાને કોઈ નુકસાન થતું નથી, કોઈ હેરાનગતિ થતી નથી, ત્યાં સુધી વાંધો નથી.

આપણામાંથી કેટલાક લોકો શુક્રવારે બીજાને પૈસા આપતાં નથી. મનમાં એવો ડર સતાવે છે કે શુક્રવારે પૈસા આપવાથી આપણું બધું ધન તેની પાસે જતું રહેશે. શું કોઈને એવું કહેવું ઉચિત છે કે, “આજે શુક્રવાર છે એટલે પૈસા નહીં આપીએ?’’

આપણે શુક્રવારે કોઈને મફતમાં કે દાનમાં પૈસા ન આપીએ. એ તો જાણે ઠીક છે, પરંતુ શુક્રવારના દિવસે લોનની કે મજૂરીની ચુકવણી પણ ન કરીએ, એ કેવું કહેવાય?

તો પછી આપણે શુક્રવારના દિવસે પૈસા લેવા પણ ન જોઈએ. આપણે તે દિવસે કોઈની પાસે કામ પણ ન કરાવું જોઈએ. તે દિવસે કંઈ ખરીદવું પણ ન જોઈએ.

ના, આપણે એવું કશું નથી કરતાં. આપણે તો એવું માનીએ છીએ કે શુક્રવારે પૈસા લેવા વધુ સારું હોય છે. ઘર માટે નવી નવી વસ્તુઓ પણ ખરીદી શકાય છે. પછી ભલે તે ઉધારમાં જ કેમ ન ખરીદવી પડે.

સખત મહેનત કર્યા પછી જ પૈસા મળે છે. પછી ભલે ને એ શારીરિક શ્રમ હોય કે માનસિક. કઠોર પરિશ્રમ પછી કમાયેલા પૈસા શુક્રવારના દિવસે મજૂરી પેટે ચૂકવવામાં શું ખોટું છે?

આપણે કોઈને મદદ કરવા અથવા તેની જરૂરિયાતો પૂરી કરવા તેમને પૈસા આપીએ, તો એમાં વચ્ચે શુક્રવાર જેવી લાગણીઓ આડે ન આવવી જોઈએ.

શું લક્ષ્મી-માતા શુક્રવારના દિવસે જ હાજર હોય છે?

ધનની માતા લક્ષ્મી માત્ર મહેનત કરનારના ઘરમાં જ વસે છે.

દાન કરતાં પહેલાં

રિક્ષામાં બેસતાં પહેલાં આપણે પૈસા નક્કી કરી લઈએ છીએ. ભાવ જાણ્યા વિના આપણે શાકભાજી ખરીદતાં નથી. આપણે અપંગ ભિખારીને જ ભિક્ષા આપીએ છીએ.

એટલે કે આપણે પૈસાને પ્રેમ કરીએ છીએ. પૈસા વિના જીવવું માનવી માટે મુશ્કેલ છે, એટલે આપણે પૈસા વાપરવા બાબતે ખૂબ કાળજી રાખીએ છીએ. શું દરેક અમીર દાન કરે છે? ના.

તેમ છતાં આપણામાંની કેટલીક એવી દાનવીર વ્યક્તિઓ પણ હોય છે, કે જે હજારો લાખો રૂપિયાનું દાન કરે છે. સામાન્ય રીતે આટલી મોટી રકમનું દાન કોઈ વેપારી અથવા કલાકાર જ આપે છે.

આવા લોકો પોતાની મહેનતની કમાણી શૈક્ષણિક સંસ્થાઓ, મંદિરો અને ધર્મશાળાઓમાં દાન કરે છે. સમાજસુધાર માટે દાન કરવું બહુ મોટું કામ છે: એમાં શંકાને સહેજે ય સ્થાન નથી.

કેટલાક લોકો દાન કરનારી આવી વ્યક્તિઓને ત્યાં નોકરી કરે છે. તેઓ આજીવન તેમની સાથે રહે છે. તેઓ જેની સાથે કામ કરે છે, તેના પર પૂરો વિશ્વાસ રાખે છે.

આથી દાનવીર વ્યક્તિની એ ફરજ છે કે તેની સાથે કામ કરનાર દરેકનુ ધ્યાન રાખે.

તેમને સારું વળતર આપવું જોઈએ. તેમના કુટુંબને કોઈ આર્થિક મુશ્કેલી ન આવી પડે, તેનું પણ ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

કેટલાક લોકો એટલા બધા સારા હોય છે, કે તે પોતાનાં બાળકોની જેમ પોતાના સ્ટાફનું ધ્યાન રાખે છે અને દાન પણ ખૂબ કરે છે. મારી એવી પ્રાર્થના છે કે દરેક દાનવીર વ્યક્તિ આવી જ હોય.

બાળકોની સતામણી

દરેક તીર્થસ્થળ પર અથવા ધાર્મિક સ્થળે આપણે દર્શન કરવા જઈએ, ત્યારે બાધા પૂરી થતાં બાળકની બાબરી ઉતારીએ છીએ. જો કોઈ બાળક રડે છે, વાળ ઊતારવાની ના પાડે છે, તો આપણે તેને ભગવાનના નામે ડરાવીએ છીએ.

“ના બેટા, એવું નહીં બોલવાનું. ભગવાન ગુસ્સે થઈ જશે. ચાલ, માફી માંગ.”

બાબરી ઉતરાવવા પાછળની આપણી ભાવના એટલી જ હોય છે કે આપણે કોઈ મોહ ન રાખવો જોઈએ, તો પછી આપણે શા માટે બળજબરીપૂર્વક આપણા બાળકને મોહનો ત્યાગ કરવા માટે કહીએ છીએ? શું આવું કરવાથી જ ભગવાન ફળ આપશે? શું આપણું બાળક ખુશ થઈ જશે?

બીજી બાજુ, વાળ ઉતારનાર વાળંદને પણ ઉતાવળ હોય છે. આથી તે ફટાફટ અસ્તરો ચલાવવા માંડે છે. તેનાથી ઘણીવાર બાળકને ઈજા પણ થાય છે. તે રડવા માંડે છે, પરંતુ આપણે તેની પરવા કરતાં નથી.

આ ઉપરાંત ભગવાનનાં દર્શન કરતાં પહેલાં બાળકને ઉપવાસ રાખવાનું કહીએ છીએ. આપણે રડતાં બાળકને આશ્વાસન આપતાં કહીએ છીએ, “રડ નહીં બેટા, પાપ લાગશે. ભગવાનનાં દર્શન પછી તને દૂધ અને નાસ્તો આપીશ.” આ બધું શું છે? આની પાછળનું કારણ શું છે?

શું ભગવાનનાં દર્શન પહેલાં ભૂખ્યા રહેવું જરૂરી છે?

આ બધી ધાર્મિક વિધિ પતાવ્યા પછી આપણે ઘરે પાછા આવીએ છીએ. બાળકને તેના મિત્રો ચિડાવે છે, સ્કૂલમાં પણ તેના સાથીઓ તેને “ટકો ટકો” કહીને ચિડાવે છે.

આપણે એ નથી જાણતાં કે જ્યાં સુધી બાળકના માથે વાળ નહીં ઊગે, ત્યાં સુધી તેને કેટલી પીડા થતી હશે. આપણે તેની તકલીફ સમજી શકતાં નથી. બાળક ભગવાનનું સ્વરૂપ હોય છે, એવું આપણે કહીએ છીએ. તો પછી આ ભગવાનસ્વરૂપ બાળકનું રક્ષણ કરવા તેને જ પીડા આપવી?

પક્ષપાત ન રાખો

દરેક જગ્યાએ છેતરપિંડીનો સામનો કરવો પડે છે. દરેક જગ્યાએ ક્યાંક ને ક્યાંક જૂઠ સાંભળવા મળે છે. સત્ય શું છે તે આપણે જાણી શકતાં નથી. જોકે કેટલાક સારા અને ભલા માણસો પણ હોય છે, તેમ છતાં આપણે તેમના પ્રત્યે શંકા સેવીએ છીએ, કારણ કે મોટા ભાગના લોકો સાચું બોલતાં નથી.

આપણે સ્વભાવે બહુ ગુસ્સો કરનારા નથી, પરંતુ ખોટું થતું જોઈ નથી શકતાં. ઘણીવાર જોવા છતાંય કશું કરી શકતાં નથી. વિરોધ પણ નથી કરી શકતાં, કારણ કે આપણે શક્તિશાળી વીર પુરુષ નથી. આપણે એક સામાન્ય માણસ છીએ.

આપણે બળની સામે લાચાર થઈ જઈએ છીએ અને પાછા આવી જઈએ છીએ. પછી ઘરે આવીને આપણી ચીડ અને ગુસ્સો કાઢીએ છીએ. જોકે આપણે જાણીએ છીએ કે આ બધું ખોટું છે. પોતાના માણસો પર ગુસ્સો કાઢવો ન જોઈએ, તેમ છતાં આપણે મજબૂર અને લાચાર છીએ.

દરેક માણસ એ માની લે છે કે સામેવાળી વ્યક્તિ ખરાબ છે. તેના લીધે જ બધા કાવતરું કરવા કે છેતરવામાં બીજા કરતાં વધુ હોશિયાર બનવાની કોશિશ કરે છે. અંતે બંને દુ:ખી થાય છે. તેનાથી કોઈને લાભ થતો નથી.

તેના લીધે અશાંતિ પેદા થાય છે. કોઈને ખુશી મળતી નથી. બધાં ખુશ હોવાનો માત્ર દેખાવો કરે છે. જ્યારે હકીકતમાં એવું કશું હોતું નથી. આપણે બધાં સારું શું છે અને નરસું શું છે એ જાણીએ છીએ, તેમ છતાં આ જગતમાં સારપ માટે કોઈ સ્થાન નથી એવી ખોટી માન્યતા આપણે ધરાવીએ છીએ. લોકો એવા ભ્રમ હેઠળ જીવે છે કે ખરાબ રહેવામાં જ ભલાઈ છે.

બૂરાઈનું વળતર સારું હશે એ માની લેવું મૂર્ખતાભર્યું છે. કોઈ પણ સારી બાબતનું ખરાબ પરિણામ કેવી રીતે આવી શકે? જે દિવસે આપણે અન્ય વ્યક્તિને પણ પોતાના જેવી માની લઈશું, તે દિવસે આપણી બધી સમસ્યાઓનો ઉકેલ મળી જશે. ત્યાર પછી જ આપણે બધાં ખુશીથી રહી શકીશું.

કામ પતી ગયા પછી...

આપણે અનેક માન્યતાઓમાં વિશ્વાસ રાખીએ છીએ. દા.ત. જો આપણે અમુક પ્રકારનાં કપડાં પહેરીશું તો ચોક્કસ સફળતા મળશે. જો આપણે અમુક દિવસે મુસાફરી કરીશું તો કોઈ પણ વિઘ્ન વિના આપણું કામ પૂરું થશે. આપણી અનેક પ્રકારની ભાવનાઓ હોય છે, જેને આપણે છોડી શકતા નથી.

પરંતુ શું આવી લાગણીઓ માણસ પ્રત્યે હોય છે? ખાસ કરીને જેણે આપણી મદદ કરી હોય તેના પ્રત્યે હોય છે ખરી? “પેલી વ્યક્તિએ મારી મદદ કરી, તો મને આ લાભ થયો. મારે આ બાબત ક્યારેય ન ભૂલવી જોઈએ. જો હું તેને કોઈ પણ રીતે વળતર ન ચૂકવી શકું, તો પણ મારે તેનો આભાર તો ચોક્કસ માનવો જોઈએ.” શું આપણે ખરેખર આવું કરીએ છીએ? કદાચ નહીં.

આપણે માત્ર સ્વાર્થ ખાતર જ લાગણીઓનો ઉપયોગ કરીએ છીએ.

એવું કહેવાય છે કે જો કોઈ વ્યક્તિએ પાણી પિવડાવીને આપણી તરસ મટાડી હોય, તો આપણી ફરજ બને છે કે તેને જરૂર પડે ત્યારે દૂધ પિવડાવીને તેનું ઋણ ચૂકવી નાખીએ.

પરંતુ આપણે તેનો આભાર જ્યારે તેણે મદદ કરી હોય ત્યારે જ માની લઈએ છીએ. દા.ત. “તમે સમયસર આવીને અમારી મદદ કરી. તમે તો અમારા માટે ભગવાન સમાન છો. તમારો ખૂબ ખૂબ આભાર. હું તમારી આ મદદ ક્યારેય નહીં ભૂલી શકું.” આપણે તેનો હાથ પકડીને લાગણીવશ આવું કહીએ છીએ.

ત્યારપછી થોડા સમય પછી આપણે તેની ઉપેક્ષા કરવા માંડીએ છીએ, પછી તેને ભૂલી જઈએ છીએ.

ભૂલી જવું ક્યારેક માણસ માટે સારું સાબિત થાય છે. આથી જ આપણે ભૂતકાળની તમામ તકલીફો ભૂલી જઈએ છીએ. આપણે ભવિષ્યકાળ સાથે જીવીએ છીએ. બીજું બધું તો ઠીક છે, પરંતુ કોઈએ કરેલી મદદ ભૂલી જવી એ ખરેખર શ્રાપ સમાન છે.

મદદ કરતાં શીખો

કોઈ પણ વ્યક્તિ બીજાએ આપેલા દાન ઉપર જીવવા ઇચ્છતી નથી. દરેક વ્યક્તિ સવારથી લઈને રાત સુધી સતત કામ કરતી રહેવા માંગે છે, જેથી તે પોતાના પગ ઉપર ઊભી રહે. કોઈના આધારે નહીં.

આપણને એ પણ સ્વીકાર્ય નથી કે, પોતાનો સ્વાર્થ સિદ્ધ કરવા બીજાની ખુશામત કરીએ અથવા સહાનુભૂતિ મેળવવા કોઈના સહારાની આશા રાખીએ.

આપણે ગમે તેટલા સ્વતંત્ર વિચારો ધરાવીએ, પરંતુ સમય અને સંજોગોવશાત્ ક્યારેક તો આપણને કોઈની મદદની જરૂર પડે જ છે.

આપણે કોઈની મદદ લેવી પડે એમાં કશું ખોટું નથી, પરંતુ જ્યારે સામેવાળી વ્યક્તિને મદદ કરવાની તક આવે ત્યારે તેને ચોક્કસ મદદ કરીને ઋણ અદા કરવું જોઈએ. કોઈ આપણી પાસે આવે તો તેને ચોક્કસ મદદ કરવી જોઈએ.

પોતાના સામર્થ્ય મુજબ બીજાને મદદ કરવાથી આપણને ખૂબ ખુશી મળે છે. આપણે એક સામાજિક પ્રાણી છીએ. આથી એકબીજાને મદદ કરવી કે એકબીજાની મદદ લેવી એમાં કશું ખોટું નથી.

ક્યારેક આપણે એવું વિચારીએ છીએ કે આપણું કામ કોઈ પણ તકલીફ વિના પૂરું થઈ ગયું હોત તો કેટલું સારું થાત. જો કોઈ જોખમ ન ઊભું થાય અને બધું હેમખેમ પાર પડી જાય છે તો આપણા આનંદની કોઈ સીમા નથી હોતી.

પરંતુ હકીકત તો એ છે કે કોઈ પણ મહેનત અને ત્યાગ વિના મળેલી સફળતા ક્યારેય ખુશી આપી શકતી નથી. આવી સફળતા ક્ષણિક જ હોય છે. જ્યારે ખૂબ મહેનત પછી જે સફળતા મળે છે, તે આજીવન આપણી સાથે હોય છે. તેનો આનંદ અનેરો હોય છે.

બીજા પાસેથી વસ્તુ લેવામાં આપણે ખૂબ હોશિયારી વાપરીએ છીએ. તો પછી જ્યારે પણ અને જ્યાં પણ કોઈને મદદની જરૂર પડે તો, આપણે એવી જ કુશળતા દાખવવી જોઈએ.

માનસિક ડર સતાવે છે

જીવનભર અનેક પ્રકારના ભય આપણી પાછળ ને પાછળ હોય છે.

આપણને એકલા ઊંઘવામાં ડર લાગે છે. આપણે એકલા મુસાફરી કરતાં ડરીએ છીએ. કોઈ ગંભીર બીમારી ભરખી જશે એવો સતત ડર સતાવ્યા કરે છે. આમ, નકામો ભય આપણને સતત ડરાવતો રહે છે.

પરંતુ આ ડર એટલો ભયાનક નથી હોતો. તે આપણને મારી નથી શકતો, તેમ છતાં એ ડરમાંથી બહાર નીકળવાને બદલે આપણે તેની સાથે રમત રમતાં રહીએ છીએ. તે ડરમાંથી છૂટવાનો પ્રયાસ કરવામાં પણ આપણને બીક લાગે છે.

આપણે આવા ડરને શરણે શા માટે થઈ જઈએ છીએ? આપણે તેનો સામનો શા માટે નથી કરી શકતાં? આ ડરથી કોઈ નુકસાન થવાનું નથી. એ જાણવા છતાં આપણે વિચારીએ છીએ, “મને ડર લાગે છે, તો શું થયું? એમાં મને શું નુકસાન થવાનું છે?”

આમ આપણે ડરના ઓછાયા હેઠળ જીવીએ છીએ. તે ડર આપણને અંદર ને અંદર કોરી ખાય છે. પછી તેના થકી બીજો ડર આપણને સતાવે છે. આપણે ફરી તેની સાથે સમાધાન કરીએ છીએ. બસ, આમ ને આમ આપણે એક પછી એક ડર સાથે સમાધાન કરતાં રહીએ છીએ અને સતત ડરતાં રહીએ છીએ.

આપણામાં સમસ્યાઓ સામે ઝૂઝવાની અનોખી શક્તિ હોય છે, પરંતુ એક કાલ્પનિક એવો માનસિક ભય સમસ્યાનો ઉકેલ લાવવાને બદલે સમસ્યાને વધુ ઘેરી બનાવે છે.

વ્યક્તિએ આ કાલ્પનિક ડર ઉપર કાબૂ મેળવવાનો દૃઢ નિર્ધાર કરવો જોઈએ. જો આપણે મક્કમ મનથી ડરનો સામનો કરીશું, તો તે ડર આપોઆપ ભાગી જશે.

આના પરિણામે જ આપણે ડર અને ચિંતા રહિત જીવન જીવી શકીશું.

અંધકારનો જવાબ માત્ર પ્રકાશ છે

આપણે ક્યાંક જવું હોય તો બસ, ટ્રેન અથવા વિમાનમાં મુસાફરી કરીએ છીએ. પરંતુ બસ ક્યારે આવશે, ટ્રેન કયા પ્લૅટફૉર્મ પર આવશે અથવા કયા ગેટમાંથી વિમાનમાં જવું છે, તેની જાણ ન હોવાથી મૂંઝાતા ઊભા રહીએ છીએ. જો જલદી ખબર ન પડે તો તરત ગભરાઈ જઈએ છીએ.

પછી ત્યાંના કર્મચારી પાસે જઈને પૂછપરછ કરીએ છીએ. ત્યાં બેઠેલી વ્યક્તિ ગુસ્સે ભરાય છે કે આ યાત્રીને કેમ કશી જાણ નથી. આપણી આવી હરકતથી તેને કંટાળો ઊપજે છે અને ત્યાં બીજા યાત્રીઓ જે બધું જાણે છે તેઓ પણ આપણી સામે જોવા લાગે છે.

પણ કરવું શું? આપણે આપણા ક્ષેત્રમાં નિપુણ છીએ, પણ જે ક્ષેત્ર અંગેની જાણકારી ન હોય, સ્વાભાવિક રીતે તેમાં શું કરી શકવાના હતા? એનો અર્થ એવો પણ નથી થતો કે લોકો આપણું અપમાન કરે.

જોકે આ તો તેમનું દરરોજનું કામ છે. તેમને કંટાળો ન આવવો જોઈએ. આપણે દર એક સેકન્ડમાં શ્વાસ લઈએ છીએ. તે આપણને જીવન બક્ષે છે. જે કામ આપણે દરરોજ કરીએ છીએ તે આપણું જીવન છે.

સામેની વ્યક્તિની વાતને સાવ હળવાશથી લેવી અથવા તો અપમાનજનક શબ્દોમાં તેને જવાબ આપવો, એ સભ્યતાની નિશાની નથી. તેમનું એ કર્તવ્ય છે કે દરેક વ્યક્તિને ખાસ સમજીને તે રીતે જ જવાબ આપે. જો તે આવું ન કરી શકતાં હોય તો તેમને નોકરી છોડી દેવી જોઈએ.

આપણે જે ઘરમાં રહીએ છીએ તે આપણને દરરોજ નવું નવું લાગે છે. આપણે જે ભોજન લઈએ છીએ તેનો સ્વાદ ઓછો થઈ જતો નથી. આપણે દિવસમાં ત્રણ વાર ખાઈએ છીએ. આપણે દરરોજ ઊંઘીએ છીએ, તેમ છતાં કંટાળો આવતો નથી.

એનાથી વિપરીત આપણે ઊંઘવાની તક શોધીએ છીએ. આવી જ ભાવના પોતાનું કર્તવ્ય નિભાવતી વખતે મનમાં હોવી જોઈએ. ત્યારે જ સમાજના જવાબદાર નાગરિક બનીશું. સમાજ માટે ઉપયોગી થઈશું.

સત્યને પારખો

એક રવિવારે હું ગુરુજીનું પ્રવચન સાંભળવા ગયો. ગુરુજીના શિષ્યોએ બધા પાસેથી ઘડિયાળો લઈ લીધી અને કહ્યું કે પાછા જતી વખતે તમને પરત કરી દેવામાં આવશે. ગુરુજી બોલવા લાગ્યા, "કદાચ તમારામાંથી કેટલાક ડૉક્ટર્સ હશે, કેટલાક મોટા વેપારી હશે તો કેટલાક ઉચ્ચ પદાધિકારી હશે, પરંતુ અહીં કોઈ પણ ઉચ્ચ કે નિમ્ન નથી." ખેર, અમે બધાં તો પહેલાંથી જ આવા ભેદભાવ ભૂલીને નીચે બેઠા હતા, તો પછી આવું કહેવાની જરૂર શી હતી?

ગુરુજીનું પ્રવચન ચાલુ હતું, "અજ્ઞાની માણસો આ ધરતી ઉપર બોજ છે. એક સમયે જે લોકો મારી મજાક ઉડાડતાં હતાં, આજે એ લોકો જ મને ડાયમંડ માને છે. મને જ્ઞાન મળ્યા પછી મારા સંગાથમાં તેઓ ગર્વ અનુભવે છે. ખરું ને?"

પ્રેક્ષકોમાં બેઠેલી વ્યક્તિઓમાંથી એકે જવાબ આપ્યો, "હા, આ સાચી વાત છે." ગુરુજીએ પૂછ્યું, "કેમ?" તેણે જવાબ આપ્યો, "કારણ કે તમે મહાન વાતો જણાવો છો." તો ગુરુજી બોલ્યા, "કદાચ એક વ્યક્તિ તરીકે હું એટલો મહાન ન પણ હોઉં, એ તમે કેવી રીતે જાણી શકો? તમે એ નહીં જાણી શકો."

"હું મારી જાતને ઓળખી શકું છું. કદાચ મારો આત્મા મારો સાક્ષી છે કે હું મોટો જ્ઞાની નથી. એનો મતલબ એ થયો કે મારો આત્મા મહાન છે."

"આપણું નાક એ જાણે મગજ પર કબજો જમાવીને બેઠું છે. એને કાયમ સુગંધ જ ગમે છે. આપણે તેના પર કાબૂ મેળવવો પડશે." આવું કહેતાં તેઓ પોતે ફૂલોથી સજાવેલી ખુરશી ઉપર બેસી ગયા. "તમારામાંથી કોઈ પણ અહીંથી હલશે નહીં." તેમણે એક સરમુખત્યારની જેમ આદેશ આપ્યો અને પ્રવચન આપવા લાગ્યા.

જગતની કોઈ પણ બુદ્ધિશાળી કે જ્ઞાની વ્યક્તિ એક કલાકથી વધુ સમય ભાષણ આપી શકતી નથી. ગુરુજીને સાંભળતી વખતે આપણને સમયનું ભાન રહેવું ન જોઈએ. એનાથી વિપરીત અહીં અમારી ઘડિયાળો લઈ લેવામાં આવી અને ત્રણ કલાકથી વધુ સમય સુધી પ્રવચન ચાલુ રહ્યું. આ ખરેખર સજા હતી.

આવા લોકો જે ઓછું જમો, ઓછું બોલો, પોતાના વિશે જાણોનો ઉપદેશ આપે છે, તેઓ પોતાના વિશે ખરેખર કશું જાણતા નથી. જો શિક્ષક પોતે અજ્ઞાની હશે તો એના શિષ્યો પણ ક્રમશ: પોતાની બુદ્ધિનો

નાશ કરતા રહેશે. એટલા માટે આવા જ્ઞાનીઓથી દૂર રહેવામાં જ ભલાઈ છે.

પારકી પંચાત ન કરો

એક દિવસ એક વ્યક્તિ આંખના ડૉક્ટર પાસે ગઈ અને કહ્યું, "ડૉક્ટર સાહેબ, હું કોઈની પ્રગતિ જોઈ નથી શકતો. મારી આંખોમાં બળતરા થાય છે. મને કોઈ દવા આપો." તો ડૉક્ટર બોલ્યા, "આવા રોગની મારી પાસે કોઈ દવા નથી."

અર્થાત્ આંખોમાં કે પેટમાં ઈર્ષાનો અગ્નિ ભડકવા ન દો. દરેક વ્યક્તિ પોતાનું જીવન પોતાની રીતે જીવે છે.

કેટલાક લોકો માને છે કર્મ જીવન છે. જ્યારે બીજા કેટલાક લોકોનું માનવું છે જીવન એટલે મોજમસ્તી, મિત્રો સાથે પાર્ટી, ઉજાણી કરવી, હરવા-ફરવા, ફિલ્મ જોવા જવાનું નામ જીવન છે. તેઓ સમયનું મૂલ્ય સમજતાં નથી. સમય નકામો વેડફી નાખે છે.

જો આવા લોકો બીજાને કોઈ નુકસાન ન પહોંચાડે તો કશો વાંધો નથી, પરંતુ એવું હોતું નથી. તેઓ નિરંતર કામ કરનારા લોકોની ટીકા કરે છે. મહેનતુ, પરિશ્રમી વ્યક્તિની આલોચના કરે છે.

તેઓ આવી પરિશ્રમી વ્યક્તિની મજાક ઉડાવતાં તેમની પ્રત્યે પોતાની સહાનુભૂતિ પ્રદર્શિત કરતાં કહેશે, "બિચારો, જીવનનો સાચો આનંદ શું છે એ જ જાણતો નથી. એટલો બધો કામગરો છે કે જીવનના આનંદના દરિયામાં ડૂબી જવાની તક પણ માણતો નથી."

હકીકતમાં આવા લોકો પોતાના અંતર્મનમાં જાણતાં હોય છે. પોતાની પાસે કોઈ કામ નથી, લક્ષ્ય નથી, એટલા માટે અહીં ત્યાં હરતાંફરતાં ખોટો બફાટ કરે છે, પરંતુ તે પોતાના આ સત્યને પોતાની અંદર જ દફનાવી દે છે, આત્માનો અવાજ દબાવી દે છે અને એવા ભ્રમમાં જીવે છે કે તેમની રીતભાત સાચી છે.

ખેર, દરેકનું પોતાનું જીવન હોય છે. દરેક વ્યક્તિને જે ગમે તે કરી શકે છે. સમસ્યા માત્ર એટલી છે કે આપણે કોઈના કાર્યને બિરદાવી શકતાં નથી. આ એક નાઇલાજ બીમારી છે.

આશા જીવન છે

આપણે મધ્યમ વર્ગના છીએ એટલે નાની નાની વાતથી ખુશ થઈ જઈ છીએ. જો આપણને ફિલ્મના પહેલા દિવસે પહેલા શોની ટિકિટ મળી જાય છે, તો આપણે ખુશખુશાલ થઈ જઈએ છીએ. જો આપણને મુસાફરીમાં રિઝર્વેશન મળી જાય છે, તો આપણે ખુશીથી ઝૂમવા લાગીએ છીએ. જો કોઈ ખરીદીમાં કંઈક મફત ભેટ મળે તો તો ન પૂછો વાત! આપણી ખુશીની જાણે કોઈ સીમા જ નથી રહેતી!

આપણે એવું વિચારી જ શકતા નથી કે વ્યક્તિ ગમે તેટલી મોટી કેમ ન હોય, પણ છેવટે હોય છે તે આપણી જેમ માણસ જ. આપણે તેની મોટાઈને સ્વીકારતાં જ ડરીએ છીએ. અરે, આ માન-સન્માન તેને મળે છે અને અમને કંઈ નહીં? આપણે એવું વિચારીને પોતાની જાતને નિમ્ન માનીએ છીએ. આપણે એવું વિચારી શકતાં જ નથી કે આ શક્તિ બધાંમાં હોય છે. માન-સન્માન એ બધાંનો મૂળભૂત અધિકાર છે. તે આપણા માટે પણ છે. પરંતુ આપણી પાસે જે છે, તેનાથી આપણે સંતુષ્ટ છીએ. તેનાથી વધુ આપણને કશું જોઈતું નથી.

આપણો હેતુ માત્ર નાની નાની આશાઓ અને ખુશીઓ મેળવવાનો છે. આપણે તેની આજુબાજુ મર્યાદાની રેખા દોરી દીધી છે.

આપણે બધું જ મેળવવા સમર્થ છીએ, આપણે મહાન બની શકીએ તેટલા બુદ્ધિશાળી છીએ, પરંતુ આપણે પોતાના વિશે વિચારતાં જ નથી. જો એવો કોઈ વિચાર પણ મનમાં આવે છે, તો આપણે તેને તરત ઝાટકી નાખીએ છીએ.

મનમાં ઊભી થતી ઇચ્છાઓને આપણે ખરાબ બાબત માનીએ છીએ. ઇચ્છાઓ ઉપર કાબૂ મેળવવો જ જીવન છે. આ વાત આપણા મનમાં ઘર કરી ગઈ છે. આપણે એ માનવા તૈયાર જ નથી કે જીવન એટલે મોજમસ્તી, ઇચ્છાઓ માણવી.

આવા પ્રકારનું મધ્યમવર્ગીય વલણ આપણને સંકુચિત મનનાં બનાવી દે છે. જો આપણે જમીન પર પડ્યા રહીશું તો ધૂળ જ મળશે. એટલે સિતારાઓને મેળવવાની ઇચ્છા રાખો, કદાચ તે મળી જાય, નહીંતર પ્રકાશ તો મળશે જ.

આશા જીવન છે. તેમને પૂરી કરવાનું બીજું નામ જીવન છે.

મધુર વાણી રાખો

આપણા જીવનમાં અનેક સમસ્યાઓ છે. આપણી આજુબાજુ, ઘરમાં, પડોશમાં, અરે, સોસાયટીમાં પણ અનેક સમસ્યાઓ હોય છે. આટલું ઓછું હોય તેમ આપણે ઘણી વાર 'આવ પાણા પગ પર પડ' જેવી સ્થિતિ ઊભી કરીએ છીએ. આમાંની એક છે, એ સભાઓ જેમાં આપણે ભાષણ સાંભળવા જઈએ છીએ. વાસ્તવમાં આવાં ભાષણો પ્રેરણાદાયી હોવાં જોઈએ. એમાંથી આપણને કંઈક નવું નવું જાણવા મળે તેવાં હોવાં જોઈએ. આવાં અનેક ભાષણો ઇતિહાસમાં લખાયેલાં છે.

પરંતુ આજે આવાં ભાષણો સાંભળવા જવામાં પણ આપણે ગભરાઈ જઈએ છીએ. આવા નકામાં ભાષણો સાંભળીને ઘણીવાર થાકી જઈએ છીએ. સ્ટેજ ઉપર બેઠેલી વ્યક્તિઓને શ્રોતાઓની હાલતની જરાય પરવા હોતી નથી. તેઓ પોતે શું બોલે છે, એના વિશે પળવાર પણ વિચાર કરતા નથી.

તેઓ બસ બોલવાનું ચાલુ કરે છે, તો તેમના મનમાં જે આવે તે બોલે રાખે છે.

જે લોકો પોતાનાં ભાષણો દ્વારા ખૂબ જ્વલંત અને તેજ પ્રહાર કરે છે, અને સામે બેઠેલા દર્શકોને તેઓ અજ્ઞાની સમજે છે અને પોતાની જાતને મહાન સમજે છે. તેમને એવું લાગે છે જાણે તેઓ જ જ્ઞાની છે. તેમને એ નથી ખબર હોતી કે હકીકતમાં તેઓ પોતે જ અજ્ઞાની છે.

તેમનાં ભાષણનો સાર એટલો જ હોય છે કે, માત્ર તે પોતે જ મહાન છે, બીજા લોકો મૂર્ખ છે.

વળી, આવી વ્યક્તિઓને સમયની કદર પણ નથી હોતી. જો કોઈ વ્યક્તિ પંદર મિનિટ પણ નકામું બોલે છે તો સામે બેઠેલા દર્શકોનો પણ એટલો જ સમય બગડે છે. આમ, હજારો લોકો એક સાથે હજારો કલાક બગાડે છે. બીજા લોકોનો સમય બગાડનાર આવી વ્યક્તિને સજા મળવી જોઈએ. સમાજમાં આવી વ્યક્તિઓથી લોકોને બચાવવા જોઈએ. અન્યનો સમય બગાડનાર વ્યક્તિની ગણના સમાજની બૂરાઈ તરીકે થવી જોઈએ.

આત્માને ઓળખો

આપણે અન્યને તરત પારખી લેવાનો ભ્રમ રાખીએ છીએ અને પોતાને જ ઓળખી શકતાં નથી. માણસ કોઈ વસ્તુ નથી કે જેને જોતાં જ અથવા તો એક-બે વાર વાતચીત કરતાં જ પારખી શકાય.

અરે, કોઈ વસ્તુની ગુણવત્તા અને યોગ્યતા તપાસવા માટે પણ જે-તે ક્ષેત્ર અંગેનું શિક્ષણ અને અનુભવની જરૂર પડે છે, જ્યારે માણસ માણસમાં પણ ફેર હોય છે. તો પછી તેને પારખવો એ સહેલી વાત નથી.

જેમ જે બધું દેખાય છે એ બધું સારું નથી હોતું, જે બધું સંભળાય છે, એ બધું સાચું નથી હોતું. એવી જ રીતે કોઈ એક વ્યક્તિ સાથે થોડી વાર વાતચીત કરીને તેના સ્વભાવ વિશે જાણી ન શકાય.

કોઈ પણ વ્યક્તિની ઊંચાઈ, તેનું વજન અને તેનો બાંધો જોઈને આપણે તેના દેખાવ વિશે ક્યાસ કાઢી શકીએ, પરંતુ તેના મનમાં શું ચાલે છે, તે વ્યક્તિ સ્વભાવે કેવી છે એના વિશે કહી ન શકાય. વળી, સુંદરતા પણ બધાંમાં એક સરખી નથી હોતી. જ્યારે આપણે વ્યક્તિને જોઈને પણ તેના વિશે કોઈ તારણ કાઢી શકતા નથી, તો પછી તેના મન મસ્તિષ્કમાં શું છે, તેના વિશે જાણી શકીએ છીએ, એ વાત જ સાવ ખોટી છે. હકીકતમાં આપણે ટૂંકી દૃષ્ટિ અને સંકુચિત માનસના છીએ.

આપણે કાયમ અન્ય લોકોમાં ભૂલો જ શોધીએ છીએ. અન્યની ટીકા જ કરીએ છીએ. આથી કોઈ પણ વ્યક્તિને જોતાં જ અથવા તો તેની સાથે પળવાર વાતચીત કરતાં જ તેના વિશે મંતવ્ય નક્કી કરી લેવું આંધળી વ્યક્તિના વર્તન સમાન છે. જેમ આંધળી વ્યક્તિ હાથીના પગ પકડીને આખો હાથી પકડી લીધો તેવું માની લે છે.આ બાબત પણ એવી જ છે.

પોતાની જાતને થોડી ઘણી પણ સમજવા માટે આપણે જીવનભર પોતાના વિશે અભ્યાસ કરવો પડશે. આવી સ્થિતિમાં આપણે અન્ય વ્યક્તિ વિશે કેવી રીતે કશું કહી શકીએ? વ્યક્તિ સમય અને પરિસ્થિતિ મુજબ વર્તન કરે છે. તે તેનું આખું ચરિત્ર નથી હોતું. જે લોકો બીજાને સહેલાઈથી વગોવે છે, તેઓને વખાણ કરતાં આવડતું જ નથી.

ખોટું વર્તન અન્યને જુએ છે, જ્યારે સારું વર્તન પોતાની અંદર નજર કરે છે.

સંવેદનશીલ બનો

"મારું મન ઘણું કોમળ છે. હું સહેજ પણ દુ:ખ સહન કરી શકતો નથી. મને કોઈ ઠપકો આપે તો ઘણું ખોટું લાગી આવે છે. હું ખૂબ જ સેન્સેટિવ છું. હું ખૂબ જ લાગણીશીલ છું." આપણે પોતાની જાત વિશે આવું કહેતાં ગર્વ અનુભવીએ છીએ.

કોઈને મુશ્કેલીમાં મદદ કરવા દોડી જવું, એ સારી વાત કહેવાય. કોઈ દુર્ઘટના જોઈને વિચલિત થઈ જવું કે કોઈ અસહાયને મદદ કરવી, સહાનુભૂતિ પ્રગટ કરવી એ સારી બાબત છે. એ આપણો સારો સ્વભાવ સૂચવે છે.

પરંતુ આપણે લાગણીશીલ હોવાનું પ્રદર્શન કંઈક જુદી રીતે કરીએ છીએ. આપણને કોઈ જેવું તેવું કહી જાય તો દુ:ખ થાય છે. લાગણીઓને ઠેસ પહોંચે છે. આપણને મનગમતી વસ્તુ ન મળે તો વિચલિત થઈ જઈએ છીએ. આ આપણી લાગણી નહીં, સ્વાર્થવૃત્તિ સૂચવે છે.

અહીં મારો કહેવાનો મતલબ એ નથી, કે પોતાના વિશે વિચાર જ ન કરવો જોઈએ. પરંતુ હું લાગણીશીલ છું એવું જાહેર કરતા રહેવું અને બીજાની ભાવનાઓને માન ન આપવું એ પણ ખોટું કહેવાય.

આપણે પોતાની દરેક બાબતે સભાન રહીએ છીએ, પરંતુ બીજાઓની વાત આવે ત્યારે ખાસ દરકાર રાખતાં નથી. આને લાગણીશીલ હોવું ન કહેવાય. આ આપણું સંકુચિત માનસ કહેવાય. જ્યારે કોઈ પણ વસ્તુ સરળતાથી મળી જાય છે, તો આપણે ખુશ થઈ જઈએ છીએ. પરંતુ જ્યારે કોઈ વસ્તુ મેળવવામાં તકલીફ પડે છે, તો આપણે દુ:ખી થઈ જઈએ છીએ.

દરેકને માટે આપણું હૃદય એક સમાન રીતે ધબકવું જોઈએ. એને જ લાગણીશીલ હૃદય કહેવાય છે.

સમાન દૃષ્ટિ રાખો

'ગયા જન્મે કોણ જાણે કેટલાં પાપ કર્યાં હશે કે આ જન્મમાં આંધળો થયો છે' આવું કહીને આપણે કોઈ આંધળી વ્યક્તિ પ્રત્યે પોતાની સહાનુભૂતિ પ્રગટ કરીએ છીએ. એવી જ રીતે કોઈ લંગડાને જોઈને કહીએ છીએ, કેટલો દુર્ભાગ્યશાળી છે કે તેને બંને પગ નથી. પરંતુ આવા અપંગ લોકો આપણી પાસેથી સહાનુભૂતિની અપેક્ષા રાખતા નથી. તેમને આપણી મદદની જરૂર હોય છે. આપણા લાગણીસભર શબ્દો તેમને વધુ હતાશ બનાવે છે.

આપણે કોઈ કોઢવાળી વ્યક્તિને જોઈને કહીએ છીએ, "અરેરે..., ભગવાનના શાપનો ભોગ બન્યો છે, બિચારો." આમ કહીને તેનાથી દૂર ભાગીએ છીએ.

આંધળાપણું એ કોઈ પૂર્વ જન્મનાં પાપ નથી. લંગડા થવામાં કોઈ દુર્ભાગ્ય નથી. કોઢ એ કોઈ ભગવાનનો શાપ નથી. એક સમય એવો પણ હતો, જ્યારે કોઢનો કોઈ ઉપચાર સંભવ ન હતો. એટલા માટે તેના વિશે અનેક પ્રકારના ડર અને ભ્રમ પેદા થયેલા હતા અને એટલા માટે જ કોઢના રોગીને બધાંથી દૂર રાખવામાં આવતો હતો.

પરંતુ હવે તેનો ઉપચાર સંભવ છે. તેમ છતાં આપણે બિનજરૂરી ડર, ઉપેક્ષા, ભ્રમનો ભોગ બનેલા છીએ. આને દૂર કરવાની જરૂર છે. વાસ્તવમાં કોઢ એ અન્ય ચામડીના રોગ સમાન છે. તેનો ઈલાજ છે એટલા માટે તેને છુપાવવો ન જોઈએ.

આપણે જે રીતે નિઃસંકોચ કહીએ છીએ, "મને બ્લડપ્રેશર રહે છે. મારે વધુ મીઠું નથી ખાવું. મને ડાયાબિટીસ છે, મારે ખાંડ વિનાની ચા પીવી છે." એવી જ રીતે ખુલ્લા મનથી કહી શકાય છે, "મને કોઢ છે, મારે ગરમ કૉફી નથી પીવી." આપણે પણ કોઢવાળી વ્યક્તિથી દૂર ભાગવાની જરૂર નથી. તેને માનપૂર્વક પોતાની પાસે બોલાવીને બેસાડી શકાય છે.

આ બધાં માટે રોગને સંપૂર્ણ રીતે સમજવો જરૂરી છે, ત્યારે જ આપણે સમાજમાં રોગી પ્રત્યે સાચી સહાનુભૂતિ પ્રગટ કરીશું. તેને ખરું માન-સન્માન આપી શકીશું.

કડવા લાગે મીઠા બોલ

સત્ય બોલવું ઘણું અઘરું છે અને એનાથી પણ વધુ અઘરું તો તેનો સ્વીકાર કરાવવો એ છે, પરંતુ હસતાં મોઢે જૂઠું સહેલાઈથી બોલી શકાય છે.

જ્યારે સત્યને જૂઠનું આવરણ ઓઢાડીને રજૂ કરવામાં આવે છે, ત્યારે સત્ય જાણતી વ્યક્તિ પણ અસહાય બની જાય છે. તેઓ પોતાની વાત આરામથી કહેતાં હોય છે, જ્યારે આપણે દુ:ખી થઈ જઈએ છીએ, મૂંઝાઈ જઈએ છીએ. આપણે આપણી વાત કહેવાના ચક્કરમાં ક્યારેક ગુસ્સે થઈ જઈએ છીએ.

એવા સમયે જૂઠ્ઠી વ્યક્તિ આપણને દિલાસો આપતાં કહે છે, "મહેરબાની કરીને પોતાની જાતને સંભાળો. એટલા બધા લાગણીશીલ ન થાઓ."

વળી, જ્યારે પણ કોઈ મુખ્ય મુદ્દા પર વાતચીત કરવાની હોય છે, ત્યારે તે લોકો ખૂબ જ સલુકાઈથી મુદ્દાની વાતને બાજુ પર મૂકી દે છે.

સ્વાભાવિક છે કે એવા સંજોગોમાં આપણને ગુસ્સો આવે. આવેશમાં આપણે ગમે તે બોલી નાખવાની ભૂલ કરી બેસીએ છીએ.

પછી એ લોકો આપણી ભૂલને તરત પકડીને આપણને સવાલો પૂછવા બેસી જાય છે. આમ ને આમ વાત આગળ વધતી રહે છે.

"હાલ તો તમે આવું કહ્યું હતું. કેમ સાચું છે કે નહીં?" આવું પૂછી પૂછીને મૂંછમાં હસતાં આપણને તે વધુ હેરાન કરે છે.

ક્યારેક તો વળી સત્ય પણ ચીસો પાડી પાડીને કહેવું પડે છે. આ જ કારણસર જૂઠાણું મધમીઠું હોય છે અને સત્ય કડવું ઝેર લાગે છે.

કેટલાક જૂઠ્ઠા લોકો મીઠું મીઠું બોલીને આપણી ઘોર ખોદતા હોય છે. તમે જોયું હશે કે ભોજનમાં પણ ગળી વસ્તુ નુકસાન પહોંચાડે છે.

આથી તમારા શબ્દો ગમે તેટલા કઠોર કેમ ન હોય, પરંતુ મન માખણ જેવું કોમળ હોવું જોઈએ. મધમીઠી વાતોથી પેટ ભરાતું નથી. કામ એવું હોવું જોઈએ કે એક સાચા માણસ તરીકેની તમારી છબિ ઊભી થાય.

મન સાફ રાખો

કેટલાક લોકોમાં સારી ટેવો હોય છે. તેઓ વહેલી સવારે ઊઠે છે. મૉર્નિંગ વૉક પર જાય છે. ચા કે કૉફી પીતાં પણ નથી. પૌષ્ટિક આહાર લે છે. કુટેવોથી દૂર રહે છે. સાચી વાત. આ બધી વાતો ખરેખર સારી છે.

શારીરિક અને માનસિક તંદુરસ્તી માટે નિયમિત વ્યાયામ, પૌષ્ટિક આહાર જરૂરી છે.

પરંતુ જે લોકોમાં કુટેવ હોય છે. તેઓ ખરાબ નથી હોતા. એવી જ રીતે જેમનામાં સારી ટેવો હોય તેઓ સારા જ હોય એવું માનવું જરૂરી નથી. કોઈ પણ માણસને તેની ટેવોથી ન માપી શકાય. વ્યક્તિના વિચારો અને તેનું વર્તન પણ મોટો ભાગ ભજવે છે.

કેટલાક લોકો બીજાની સાથે પોતાની સરખામણી કરતાં ડીંગો હાકે છે, “હું પેલા જેવો નથી. હું સિગારેટ નથી પીતો. હું દારૂ પીતો નથી. કૉફીને તો હાથ પણ લગાવતો નથી.”

જ્યારે કેટલાક લોકોમાં કુટેવ હોવા છતાં તેમનું હૃદય નિર્મળ હોય છે. તેઓ માનસિક રીતે સ્વસ્થ હોય છે. તેમના દિલમાં પ્રેમ અને દયા જેવી લાગણીઓ છલકાય છે. દુનિયામાં તેઓની વધુ જરૂર હોય છે.

જે વ્યક્તિમાં કુટેવો હોય છે, તે પોતાનું નુકસાન જાતે જ કરે છે. તેને આર્થિક નુકસાન થાય છે, પરંતુ જેનું મન સ્વસ્થ નથી તેવી ખરાબ વ્યક્તિ પોતાની શેરી, પોતાનું શહેર અને પોતાનું રાજ્ય, એટલું જ નહીં, પોતાના દેશને પણ નુકસાન પહોંચાડે છે. આવી વ્યક્તિઓ બધાં માટે જોખમી હોય છે.

આથી શારીરિક તંદુરસ્તીની સાથે માનસિક તંદુરસ્તી તરફ પણ ધ્યાન આપવું જોઈએ. કુટેવો ખરાબ જ હોય છે એમાં બેમત નથી, પરંતુ શારીરિક તંદુરસ્તીની સાથે સાથે માનસિક તંદુરસ્તી પ્રત્યે પણ ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. એ આપણી ફરજ પણ છે.

સર્વત્ર રામ છે

જ્યારે મંદિરમાં રામ કલ્યાણ ઉત્સવ યોજાય છે, ત્યારે રેડિયો પરથી તેનું જીવંત પ્રસારણ પ્રસારિત થાય છે. એનો ફાયદો શો? એ જ કે સાંભળનાર વ્યક્તિ ઘરે બેઠાં બેઠાં પવિત્ર મંત્રો સાંભળે અને મંદિરમાંના ભગવાન રામનાં દર્શન કરતી હોય એવી તેને અનુભૂતિ થાય.

પરંતુ આ કૉમેન્ટ્રીથી આનંદ મળવાને બદલે કંટાળો અનુભવાય છે. તેના લીધે પવિત્ર મંત્રો સાંભળવાનો લ્હાવો પણ આપણે ગુમાવી બેસીએ છીએ. તો પછી આવી રેડિયો કૉમેન્ટ્રીનો ફાયદો શો?

અન્ય જગ્યાએ રહેનારા લોકો રામ કલ્યાણ ઉત્સવ જોવા અસમર્થ હોય છે, એટલા માટે તેઓ રેડિયો કૉમેન્ટ્રી ઉપર આધાર રાખે છે, પરંતુ આ કૉમેન્ટ્રીમાં આપણને કલ્યાણકારી મંત્રોના બદલે ખોટેખોટી ભીડનું વર્ણન સાંભળવા મળે છે.

એક હદ સુધી કૉમેન્ટ્રીમાં કૉમેન્ટ્સ જરૂરી છે, પરંતુ બિનજરૂરી વર્ણન કરવાને બદલે પવિત્ર મંત્રો જરૂરી છે. માત્ર કામ પૂરતી વાત જરૂરી હોય એટલી જ કહેવી જોઈએ. પવિત્ર મંત્રોની વચ્ચે [illegible] હોય એવું પંડિતે પણ ન બોલવું જોઈએ. ગૌરીપૂજા કે પછી લગ્ન વખતે વિધિ દરમિયાન બોલાતાં મંત્રોનું ખાસ મહત્ત્વ હોય છે. તેમને સાંભળવાનો અનુભવ રોમાંચક હોય છે.

આથી કૉમેન્ટ્રીમાં વર્ણન મર્યાદિત હોવું જોઈએ. તેણે પંડિત અને શ્રોતાની વચ્ચે સેતુ બનવું જોઈએ. શ્રોતાઓ સમક્ષ ઉત્સવનો આંખે દેખ્યો અહેવાલ એવી રીતે લાઇવ રજૂ કરવો જોઈએ કે જેથી શ્રોતાઓને ત્યાં ઊભા હોય તેવી અનુભૂતિ થાય.

શ્રી રામનવમીનો ઉત્સવ સમગ્ર શહેરમાં, ઘર ઘરમાં ઊજવાય છે. આપણે શ્રી રામ કલ્યાણ ઉત્સવને જગતના કલ્યાણ માટેનો ઉત્સવ માનીએ છીએ.

ભગવાન રામનું નામ લેવું અથવા સાંભળવું એ પુણ્ય કમાવા જેવું હોય છે. તો પછી રામ કલ્યાણના પવિત્ર મંત્રો સાંભળવા મળે તે પ્રસંગ આપણા જીવનમાં કેટલો મહત્ત્વપૂર્ણ હોઈ શકે. આપણે કેટલા ભાગ્યાશાળી હોઈશું કે આ મંત્રો સાંભળવા મળ્યા.

અંત ભલા તો સબ ભલા

અનેક પ્રકારના ભય આપણને સદાય ઘેરી રાખે છે, પરંતુ સહુથી વધુ ભય મૃત્યુનો લાગે છે. જે પણ જન્મે છે, તે મૃત્યુ પામે છે. આપણે આ સત્ય જાણવા છતાં સદા મૃત્યુથી ડરીએ છીએ. કોઈ ગમે તેટલી મોટી વ્યક્તિ કેમ ન હોય, ડૉક્ટરો કે વૈદ્યના ઉપચાર ઉપલબ્ધ હોવા છતાં પણ એક દિવસ આત્મા રૂપી પંખી શરીર રૂપી પાંજરાને છોડીને ઊડી જાય છે. આ વાત સનાતન સત્ય છે.

દરેક વ્યક્તિ એવું જ ઇચ્છે છે કે તેને લાંબી માંદગી ન આવે. ઝટપટ મૃત્યુ આવે. સહેલાઈથી શ્વાસ નીકળી જાય. આ બધું શક્ય છે, પરંતુ તેના માટે ઘણા પ્રયાસો કરવા પડે છે. ખાવાપીવાની ટેવો સુધારવી પડે, પોતાના હાથે જ પોતાની તંદુરસ્તી બગડે તેવું કામ ન કરવું જોઈએ.

મહિનાઓ સુધી પથારીમાં પડ્યા પડ્યા, રિબાઈને મરવા કરતાં તો સારું છે કે હસતાં-હસતાં ચાલતાં-ચાલતાં એક દિવસ પ્રાણ નીકળી જાય. મૃત્યુ એક દિવસ નિશ્ચિત છે, એ સહુ કોઈ જાણે છે. તો પછી તેનો સહજતાથી સ્વીકાર કરવો જોઈએ. મૃત્યુ દેવતાની નજરમાં સહુ જીવ સરખા છે. તો પછી આપણે ચિંતિત કેમ રહીએ છીએ. શું એ માત્ર આપણને જ આવશે?

આમ ડરતાં ડરતાં જીવવું તો મૃત્યુ સમાન છે. ભવિષ્યમાં આવનારા મૃત્યુથી ડરવું યોગ્ય નથી. મૃત્યુનો ભય માનસિક હોય છે. એટલા માટે મજબૂત મનોબળથી જ તેના પર વિજય મેળવી શકાય છે.

જ્યારે શરીર નબળું થઈ જાય છે, ત્યારે તેને છોડી દેવું વધુ ઉચિત છે. છીંક આવ્યા પછી મગજ હળવું થઈ જાય છે. ઊલટી થઈ ગયા પછી રાહત અનુભવાય છે.

એવી જ રીતે જ્યારે પ્રાણ શરીરમાંથી નીકળતો હોય છે, ત્યારે કદાચ આરામ મળતો હશે. કોને ખબર? એટલા માટે સહુથી સારું તો એ જ છે કે મૃત્યુનું સ્વાગત હસતાં મોંએ કરવું જોઈએ.

ડરવાની જરૂર નથી

શું ખરેખર આપણે ભગવાનમાં શ્રદ્ધા રાખીએ છીએ? શું આપણે ભગવાનથી ડરીએ છીએ? મને લાગે છે, આપણા મનમાં ભગવાન પ્રત્યે ભક્તિભાવ કરતાં ભય વધારે હોય છે.

રસ્તા પર ચાલતાં ચાલતાં, યાત્રા-પ્રવાસમાં જતી વખતે આપણે વારંવાર મંદિર દેખાતાં બે હાથ જોડીને, આંખો બંધ કરીને ભગવાનની પ્રાર્થના કરવા પાછળ ભક્તિ કરતાં ભય વધુ જવાબદાર હોય છે.

શું કોઈ પણ મંદિર અથવા ભગવાનની મૂર્તિ દેખાય તો આંખો બંધ કરી હાથ જોડવા જરૂરી છે? જો આપણે ભગવાનને નહીં નમીએ તો શું તે ગુસ્સે થઈ જશે? શું ભગવાનનો મતલબ માત્ર ડરાવવાનો છે? ના. એવું બિલકુલ નથી. જે ડરાવે એ ભગવાન નથી. એ તો અભય દાન આપે છે. તેને માનનારા અને તેને ન માનનારા, બંનેનું તે રક્ષણ કરે છે.

“ભગવાન આપણા મનમાં છે, આપણી સાથે છે, તે સર્વવ્યાપી છે.” જો આપણે ભગવાનમાં આવો સંપૂર્ણ વિશ્વાસ નથી ધરાવતાં, તો આપણામાંનો ભક્તિભાવ માત્ર ભય જ વધારશે. તો ચાલો, મનના ભય અને કમજોરી છોડીને ભગવાનનાં દર્શનનો આનંદ માણીએ.

આપણે જ્યારે યાત્રા-પ્રવાસમાંથી પાછા ફરીએ છીએ, ત્યારે જેટલી ખુશી મળે છે એટલી જ ખુશી મંદિરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે મળવી જોઈએ. જે રીતે બાળકોને પ્રેમ કરીએ છીએ, માતાપિતાનો આદર કરીએ છીએ, એ જ પ્રેમ અને આદરભાવથી મંદિરમાં દર્શન કરવાં જોઈએ.

ડરાવવાનું કે દંડ આપવાનું કાર્ય ભગવાનનું નથી. આપણે જેવાં કર્મ કરીશું એવાં જ ફળ મળશે. જો કોઈનું બૂરું કરીશું તો ખરાબ પરિણામ ભોગવવાં પડશે. એમાં ભગવાનનો કોઈ ફાળો નથી.

પોતાના પડછાયાથી ડરવું નકામું છે, એવી જ રીતે મંદિરના ભગવાનથી ડરવું મૂર્ખતા છે.

ઉપકારનો બદલો અપકાર નહીં

આજકાલ કોઈ એવી વ્યક્તિ નહીં હોય, જેણે ઉધાર ન લીધું હોય. આ જાણે કે એક સામાજિક જરૂરિયાત બની ગઈ છે. જેની પાસે પૈસા છે, તે જેની પાસે પૈસા નથી તેને ઉધાર આપીને મદદ કરે છે, આ જ માનવતાં છે. આપણે તેને સહૃદયતા પણ કહી શકીએ.

ક્યારેક આપણને પૈસાની ખૂબ જરૂર હોય છે અને ક્યાંયથી ઉધાર મળતા નથી. કેટલાક લોકો એટલે ઉધાર નથી આપતા, તેમની પાસે પૈસા નથી હોતા અને કેટલાક લોકો પૈસા ઉધાર આપીને દુશ્મનાવટ ઊભી કરવા માંગતાં નથી. આવા સમયે કોઈ અન્ય આવીને મદદ કરે છે. આમ, આપણી જરૂરિયાત પૂરી થઈ જાય છે. આપણે મદદ કરનારનો કૃતજ્ઞ ભાવથી આભાર વ્યક્ત કરીએ છીએ. “હું તમારો ઉપકાર ક્યારેય નહીં ભૂલું.” આ બધું ઠીક છે, પરંતુ જેમ જેમ સમય પસાર થતો જાય છે, તેમ તેમ આપણે ઉપકાર ભૂલવા લાગીએ છીએ. એટલું જ નહીં, ઊલટાનું મદદ કરનાર પ્રત્યે આપણા મનમાં શંકા ઊભી થવા માંડે છે.

“જ્યારે કોઈ પણ વ્યક્તિ પૈસા આપવા તૈયાર ન હતી ત્યારે આ વ્યક્તિએ કેમ મદદ કરી?” આપણા મનમાં સવાલ ઊભો થાય છે. “કદાચ આની પાછળ પણ કોઈ હેતુ હશે. કદાચ બદલામાં કોઈ કામ કરાવવાનું હશે. એટલા માટે જ આપણને પૈસાની મદદ કરી છે. એ કોઈ ઉદાર દિલનો માણસ નથી.” આપણે મદદ કરનાર પ્રત્યે આવી શંકા-કુશંકા સેવીએ છીએ.

પછી આપણે સમયસર ઉધાર ચૂકવી દઈએ છીએ. થોડા દિવસ પછી ફરી પૈસાની જરૂર ઊભી થાય છે. આપણે ફરી તેની પાસે જઈએ છીએ, પરંતુ આ વખતે નમ્રતા દાખવવાને બદલે અધિકારપૂર્વક માંગણી કરીએ છીએ, ત્યારે પેલી વ્યક્તિ ના પાડી દે છે. આપણે આ જવાબ સાંભળી ડઘાઈ જઈએ છીએ. પછી આપણને ખૂબ ગુસ્સો આવે છે. એટલે આપણે ઠેર ઠેર તેની બૂરાઈ કરવા માંડીએ છીએ. તેને બધે બદનામ કર્યા પછી આપણને પાછળથી પસ્તાવો થાય છે, કારણ કે ઉદારતા દાખવીને મદદ કરનારને આપણે સ્વાર્થી કહી દીધું. આથી ભલા માણસને ઓળખો અને તમને મદદ કરનારનો નમ્રતાપૂર્વક આભાર વ્યક્ત કરો.

ભલાઈમાં જ બૂરાઈ અને બૂરાઈમાં ભલાઈ છૂપાયેલી છે

દરેક વ્યક્તિ જીવનમાં એક લક્ષ નિર્ધારિત કરે છે અને તેને પૂરું, કરવા ખૂબ મહેનત કરે છે. મોટા ભાગે લક્ષ પૂરું થઈ પણ જાય છે, પરંતુ ઘણી વાર કેટલાંક કારણસર લક્ષ પૂરું કરવામાં ચૂકી જઈએ છીએ ત્યારે આપણે બધું જ ગુમાવી બેઠાં ન હોઈએ, એટલા દુ:ખી થઈ જઈએ છીએ.

પરંતુ આ જગતમાં બીજાં અનેક ક્ષેત્ર હોય છે. બીજા અનેક રસ્તા છે. જો મનમાં દૃઢ નિશ્ચય હોય તો વ્યક્તિને સફળતા અચૂક મળે છે. તેની પ્રતિભા કોઈ પણ ક્ષેત્રમાં ઝળહળી ઊઠે છે.

તો પછી આપણે શા માટે કોઈ એક જ ક્ષેત્ર માટે આગ્રહ રાખીએ છીએ? શા માટે એવો વિચાર કરીએ છીએ કે મેં પસંદ કરેલા ક્ષેત્ર સિવાયનાં ક્ષેત્રો ઊતરતી કક્ષાનાં છે?

બધાં ક્ષેત્રો સારાં હોય છે, દરેક વ્યક્તિ સક્ષમ હોય છે.

કેટલાક વિદ્યાર્થીઓ ડૉક્ટર બનવા માગે છે. કેટલાક વિદ્યાર્થીઓ એન્જિનિયર બનવા ઇચ્છે છે, પરંતુ એનો અર્થ એ નથી થતો કે અન્ય વિદ્યાથીઓનું ભવિષ્ય અંધકારમય છે. એવું વિચારવું પણ ખોટું છે. કોઈ એક ક્ષેત્રમાં સફળતા ન મળે તો નિરાશ થવાની જરૂર નથી. બીજું ક્ષેત્ર ખુલ્લું હોય છે જ. બીજું ક્ષેત્ર તમારી સફળતા માટેનાં બારણાં ખોલીને તૈયાર ઊભું હોય છે. જ્યાં તમારું વ્યક્તિત્વ ઝળહળી ઊઠે છે અને કદાચ આ ક્ષેત્રમાં સફળતા મળવાની હશે એટલે જ પેલા ક્ષેત્રમાં અસફળતા મળી. એ સ્વાભાવિક છે કે અસફળતા મળે ત્યારે આપણે દુ:ખી થઈ જઈએ છીએ. એટલું જ નહીં, આપણા પરિવારના સભ્યોને પણ દુ:ખ થાય છે. આથી આપણને વધુ દુ:ખ થાય છે. આમાંથી બહાર નીકળવું જરૂરી છે. આજનું દુ:ખ એ કંઈ આજીવન નથી રહેવાનું. ક્યારેક આપણે જે વસ્તુ લાભકારી છે એવું માનીએ છીએ અને એ જ વસ્તુથી નુકસાન થઈ જાય છે. ક્યારેક આપણે જે રસ્તા પર ચાલી નીકળીએ છીએ, એ જ સહુથી ઉત્તમ પુરવાર થાય છે. જીત એ જીવનનો અંતિમ પડાવ નથી, હાર એ ભવિષ્યનો અંત નથી. આપણું જીવન હાર અને જીતની અંતહીન યાત્રા છે.

મનમાં ઈર્ષ્યા ન રાખો

દરેક વ્યક્તિના મનમાં ભાવનાઓ ભરપૂર હોય છે. કેટલાકના મનમાં તીવ્ર ક્રોધ હોય છે તો કેટલાક ઘમંડી હોય છે, કેટલાક વિષય પ્રત્યે અનુરાગ રાખે છે. આમ દરેકના મનમાં એક અથવા બીજી રીતે કોઈ ને કોઈ બૂરાઈ હોય છે જ. કેટલાક લોકોના જીવનમાં આ ગુણો પોતાનું ઘર બનાવી લે છે. આ દુર્ગુણોમાં જો એક પણ વધારે પ્રમાણમાં હોય તો એ વ્યક્તિ સમાજને નુકસાન પહોંચાડે છે.

ઈર્ષ્યાગ્નિમાં સતત બળતી રહેવાવાળી વ્યક્તિ ઈર્ષ્યામાં અંધ બની જાય છે, તે બે વ્યક્તિઓ વચ્ચેનો ભેદ પણ પારખી શકતી નથી. તેને પોતાના મિત્રો કે સગાં-સંબંધીઓની પણ પરવા હોતી નથી. જો કોઈ અભિનેતાને વધુ પ્રસિદ્ધિ મળે છે, તો પણ ઈર્ષ્યાળુ વ્યક્તિને તેની ઈર્ષ્યા આવે છે. જો કોઈ બીજી વ્યક્તિનું નામ ચારે બાજુ પ્રસિદ્ધ થાય તોપણ ઈર્ષ્યા આવે છે. ઈર્ષ્યાળુ વ્યક્તિને ઈર્ષ્યા માટેનું કોઈ ખાસ કારણ હોતું નથી. તેને તો બસ દરેક બાબતે ઈર્ષ્યા આવે છે.

જો કોઈ વ્યક્તિની પ્રગતિ થતી હશે તો પણ ઈર્ષ્યાળુ વ્યક્તિ તે જોઈ નથી શકે. અમુક હદ સુધી તો આ બરાબર છે, પરંતુ દરેકે દરેક બાબતમાં ઈર્ષ્યા કરવી યોગ્ય નથી. આ ખરેખર એક રોગ છે. કેટલીક વ્યક્તિઓ આ રોગથી સદા પીડાતી હોય છે.

ઈર્ષ્યાળુ વ્યક્તિ દરેક જગ્યાએ જે પણ કોઈ સામે મળે, બસ તરત સફળ વ્યક્તિને નીચે પાડવાનો પ્રયાસ કરશે. તેને બદનામ કરશે. અજાણ્યા પત્રો લખીને સામેની વ્યક્તિને દુ:ખ પહોંચાડશે. કાયર વ્યક્તિને તેનાથી થોડી રાહત મળશે, પરંતુ જો કોઈ તેના તરફ ધ્યાન નહીં આપે તો તેની પોતાની હાલત જોવા જેવી થઈ જશે. જે આપણને દુ:ખ પહોંચાડે છે, જો આપણે તેની સામે જોઈને તેને મધુર સ્મિત આપીશું તો તે પોતે જ દુ:ખી થઈ જશે. આથી ઈર્ષ્યાને પોતાના જીવનમાં સ્થાન નહીં આપવું જોઈએ.

સદા ભલાઈ કરતાં રહો

સમાજમાં પરસ્પરને એકબીજાની મદદની જરૂર પડતી હોય છે. કોઈ આપણી મદદ કરે છે, તો આપણે કોઈને મદદ કરીએ છીએ. આમ એકબીજાની મદદ, સહકાર વિના કોઈ પ્રગતિ ન સાધી શકે. જેમ આપણને બીજાના સાથ સહકારની જરૂર પડે છે, એવી જ રીતે જ્યારે તક મળે ત્યારે આપણે પણ કોઈને મદદ કરતી વખતે આગળપાછળનો વિચાર નહીં કરવો જોઈએ.

માની લો કે કોઈ વ્યક્તિએ આપણને એક વખત મદદ કરવાની ના પાડી. પછી જ્યારે એને આપણી મદદની જરૂર પડી તો આપણે તેની વાતો ભૂલી જઈને મદદ ચોક્કસ કરવી જોઈએ. તેનાથી એક સંતોષ મળશે કે આપણે કોઈને મદદ કરી. પછી ભલે ને તેણે આપણને મદદ ન કરી હોય. આપણી મદદ મેળવીને એવું બની શકે કે તે પોતાની ભૂતકાળની વાત યાદ કરીને શરમ અનુભવે, આપણી ઉદારતા સામે તેનું માથું કૃતજ્ઞતાથી ઝૂકી જાય. કૂવામાંથી પાણી કાઢીશું તેમ તેમ તે ભરાતું જશે. એવી જ રીતે બીજાની ભલાઈ કરતાં કરતાં ખુદ તમારી પણ ભલાઈ તમે કરતાં જશો.

જો કોઈના પ્રત્યે ક્રોધ હોય તો તેને તે જ વખતે પ્રગટ કરી દેવામાં જ ભલાઈ છે. આજીવન તેના પ્રત્યે દ્વેષભાવ રાખવો એ સારી બાબત નથી.

આપણે એક સામાન્ય માણસ છીએ. એટલા માટે આપણા મનમાં ક્રોધ, દ્વેષ અથવા દુશ્મનાવટની ભાવના સ્વાભાવિક રીતે હોઈ શકે, પરંતુ આવી ભાવનાઓને પહેલેથી જ મનમાંથી કાઢી નાખવી જોઈએ. જીવનમાં કેટલાક એવા લોકો પણ હોય છે જે દૂધ માગીને વિષ આપે છે, પરંતુ છેવટે જીત તો સારી વ્યક્તિની જ થાય છે.

જો તમે બીજાને માટે દસ વખત દુઆ માગશો તો એમાંની એક દુઆથી તમારું પણ ભલું થશે. આથી ઓછામાં ઓછું પોતાના સ્વાર્થ માટે પણ બીજા લોકોની ભલાઈ કરવી જોઈએ.

શાશ્વત કંઈ નથી

બધાં આપણને ઓળખે, માનપાન આપે, આપણી આજુબાજુ હરેફરે એવું આપણે કાયમ ઇચ્છીએ છીએ. આપણે મહાન વ્યક્તિ બની જઈએ, એવી અદમ્ય ઇચ્છા ધરાવીએ છીએ અને જ્યારે આવું બનતું નથી, ત્યારે આપણે નિરાશ થઈ જઈએ છીએ.

કોઈ વ્યક્તિ મહાન ત્યારે જ બને છે, જ્યારે તે ભૂતકાળ, વર્તમાનકાળ અને ભવિષ્યમાં પણ મહાન તરીકે જ ઓળખાય. એક સમય માટે જ મહાન બની રહેનારી વ્યક્તિને કોઈ યાદ રાખતું નથી. લોકો કોઈને પણ ઝટ ભૂલી જાય છે.

જે કંઈ કર્યું એ કરી નાખ્યું, એટલે એ હવે જૂની વાત થઈ ગઈ. લોકો એવું પૂછશે કે હવે શું? એ તો ભૂતકાળમાં કર્યું હતું, આપણે બધાં પ્રસિદ્ધિના ભૂખ્યા છીએ.

જ્યારે વાત ભવિષ્યની આવે છે ત્યારે તેઓ કહેશે, “કાલ કોણે જોઈ છે કે તમે મહાન થશો. આજે કંઈ કરીને બતાવો તો વાત છે.” આમ કહીને તેઓ આપણને નિરુત્સાહ કરી નાખે છે.

આથી નામના મેળવવા કે પ્રસિદ્ધિ માટે નકામી ચિંતા કરવી, વ્યર્થ સંઘર્ષ કરીને સમય બગાડવાની કંઈ જરૂર નથી. પછી આપણી સામે સવાલ ઊભો થશે કે છેવટે આ બધાંમાંથી શું મેળવ્યું.

માની લો કે આપણે કોઈ ક્ષેત્રમાં નામના મેળવી લીધી અને મહાન બની ગયા, તો પછી આપણી સ્વતંત્રતા છિનવાઈ જશે. આપણી હરવાફરવાની આઝાદી ખતમ થઈ જશે.

પછી જીવન અસ્તવ્યસ્ત થઈ જશે. કંઈ પણ કામ કરતાં પહેલાં બે વાર વિચાર કરવો પડશે. અનેક આંખો આપણા પર મંડાયેલી રહેશે, અનેક કાન આપણી વાતો સાંભળવા તત્પર રહેશે.

આમ, આપણે જ આપણા પગમાં બેડીઓ પહેરી લઈશું. આથી પડદા પાછળ રહીને કામ કરવું અને સ્વતંત્રતાનો આનંદ માણવો એ બધું યોગ્ય છે. તેનાથી આપણે ઘણું બધું કામ કરી શકીશું. જીવનમાં ઘણું બધું મેળવી શકીશું.

આથી પ્રસિદ્ધિની ચિંતા છોડીને માત્ર પોતાનું કર્તવ્ય કરતાં રહેવું જોઈએ. બધાંની વચ્ચે રહીને જીવવું સારું છે, એકલા રહેવા કરતાં.

એક બૂરાઈ એટલે તમામ ભલાઈનો અંત

જો તમે આત્મીયતાથી વર્તશો તો અમે ખુશ રહીશું. જો તમે અમારી ઉપર પૈસા ખર્ચશો તો અમે ખુશી ખુશી તેનો સ્વીકાર કરીશું. તમે અમારી દેખભાળ લેશો તો અમને આરામ મળશે. અમારા બેરોજગાર બાળકોને નોકરી આપશો તો અમે તમારા આભારી થઈશું.

અમારાં બાળકોને મફત શિક્ષણ આપશો તો અમારા માટે મહાન માણસ બની જશો. જો તમે અમારા સંતાનનાં લગ્નમાં આર્થિક સહાય કરશો તો તમે અમારા મુખ્ય મહેમાન બનશો. અમારા માટે જો ઘરની વ્યવસ્થા કરી આપશો તો અમે આજીવન આરામથી જીવન વિતાવતાં તમને યાદ કરતાં રહીશું.

પરંતુ જો તમે અમારા પર ગુસ્સે થશો તો અમે તે નહીં સાંખી લઈએ, જો તમે ગાળ આપશો, બૂરાઈ કરશો તો અમે સહન નહીં કરીએ. જો તમે પોતાની જવાબદારી સમજીને અમારામાં દખલગીરી કરશો તો અમે એમ કહીશું કે તેની સાથે તમારે કોઈ લેવા દેવા નથી. જો તમે અમારી ભલાઈ માટે સલાહ આપો છો, એવું કહેશો તો અમને આ ખબર હતી એની તમને જાણ હોવી જોઈએ. અમે એવું કરીશું, જો તમે અમને અમારાં સંતાનો ખોટા માર્ગે જઈ રહ્યાં છે, એના માટે સાવધાન કરશો તો અમે કહીશું કે અમારાં સંતાનોને તમારા કરતાં વધુ અમે પ્રેમ કરીએ છીએ. અમને અમારી ફરજનું ભાન છે.

કદાચ તમે કહેશો કે તમે અમારા માટે અને અમારાં સંતાનો માટે ઘણું કર્યું, પરંતુ અમે ક્યાં કહ્યું હતું કે તમે અમારી ભલાઈ માટે કંઈ કરો. આ બધું તમે જાતે કર્યું છે. શું તમે એવું વિચારો છો કે જો તમે આ બધું ન કર્યું હોત તો અમે મરી ગયા હોત? અમારું પોતાનું પણ આત્મસન્માન છે. શું અમે આજીવન તમારા ઉપકારના બોજ હેઠળ દબાયેલા રહીએ?

આજે આવો જ જમાનો આવી ગયો છે.

તમે કોઈને પોતાનું સમજીને તેને પ્રેમભર્યો ઠપકો આપો એનાં કરતાં તો મોં ઉપર મીઠી મીઠી વાતો કરીને પીઠ પાછળ બૂરાઈ કરો તે વધું સારું છે. મોં ઉપર કડવું સત્ય બોલીને ભૂંડા બનવા કરતાં તો સામે ચુપ રહેવું સારું.

આજની માનવતાનો આ જ ન્યાય છે.

મારી નજરથી જુઓ

આ જગતનું દરેક પ્રાણી સુંદર હોય છે, પરંતુ આપણે કેટલાંકને કુરૂપ માની લઈએ છીએ. અરીસાની સામે તો બધાં જ સુંદર હોય છે, પરંતુ સુંદરતા વસ્તુમાં નહીં, જોનારની નજરમાં હોય છે. સુંદરતા વ્યક્તિના મસ્તિષ્કમાં હોય છે અને તેમાંથી પ્રસારિત થતાં પ્રકાશ કિરણોમાં હોય છે.

આપણે જેને કુરૂપ માનીએ છીએ, અન્યની નજરમાં એ સુંદર પણ હોઈ શકે છે. દરેક પ્રાણી કોઈ ખાસ એન્ગલથી સુંદર દેખાય છે.

બાહ્યદૃષ્ટિ કરતાં આંતરદૃષ્ટિ વધુ પ્રભાવશાળી હોય છે. એ દૃષ્ટિ જ અસલી સુંદરતાને જોઈ શકે છે. જેની પાસે આવી દૃષ્ટિ નથી, તે વ્યક્તિ પક્ષપાત કરશે. આ રીતે પક્ષપાત દ્વારા સુંદરતાનું નિર્માણ ન થઈ શકે. જો સુંદરતા માટેના કોઈ માપદંડ નક્કી કરવામાં આવે તો કરોડો લોકો દુ:ખી થઈ જાય. કેટલીક વ્યક્તિઓ પોતાની જાતને વધુ સુંદર સમજીને ઘમંડી બની જશે, પરંતુ શું આવું થઈ શકે છે? ના.

દરેકને પોતાનો સાથી સુંદર લાગે છે. તેની સાથે રહેવાથી ખુશી અનુભવાય છે. તેમાં કોઈ પ્રકારની સમજૂતી નથી હોતી. આપણા કુટુંબમાંથી પણ પ્રેમ, મમતા મળી રહે છે. આથી સુંદરતાને માપવાનું કોઈ સાધન નથી.

જન્મથી અંધ હોવા છતાં ઘણાં દંપતી પરસ્પર પ્રેમભર્યું જીવન જીવે છે. તેઓ અંધ હોવા છતાં એકબીજાનાં મિત્ર છે. આ કયું બાહ્ય સૌંદર્ય તેમને પરસ્પર બાંધીને રાખે છે? એનું એક જ કારણ છે કે તેઓ એકબીજાને મનની આંખોથી જુએ છે. એ જ તેમના બંધનને શાશ્વત બનાવે છે.

જે લોકોને આંખો હોય છે, તેમના કરતાં તો આ અંધ વ્યક્તિઓ વધુ સારી છે, કારણ કે તેઓ મનની આંખોથી પરસ્પરની સુંદરતા નિહાળી શકે છે. આથી મનની આંખોથી જુઓ.

એનાં કરતાં તો મનની આંખો સારી, કારણ કે જે બાહ્ય આંખો હોવા છતાં મનની આંખોથી જુઓ તે વધુ સારું છે.

મદદ કરનારને ન ભૂલો

દરેક વ્યક્તિને એક અથવા બીજા કારણસર કોઈની મદદની જરૂર પડે છે. પછી એ મૌખિક હોય કે કોઈ કાર્યરૂપે હોય. એવું બની શકે કે ક્યારેક કોઈ એક વ્યક્તિ આપણું જીવન સદંતર બદલી શકે છે અને એના થકી આપણું જીવનધોરણ ઊંચું થઈ શકે છે.

પહેલાં આપણે કશું જ નહોતા, પણ શૂન્યથી એકસો સુધી પહોંચાડવાનો શ્રેય એ વ્યક્તિને મળે છે. આવા સંજોગોમાં આપણે આજીવન તેના ઋણી બનીને રહેવું પડે છે. એના લીધે આપણને ખૂબ લાભ થયો છે. એટલા માટે આપણે તેના આભારી રહેવું પડે, પરંતુ બને છે એવું કે થોડા સમય પછી આ કૃતજ્ઞતા આપણા મન ઉપર બોજ બની જાય છે.

તેને મળવામાં જ ખચકાટ અનુભવીએ છીએ. તેને મળીએ ત્યારે માથું નમાવી નમ્રતાથી બોલાવવું પડશે, એવા વિચાર માત્રથી જ તે વ્યક્તિને મળવાનું ટાળીએ છીએ. આવું શા માટે?

ભગવાનનાં દર્શન કરવા મંદિરે ગયા પછી લાંબા સમય સુધી ત્યાં ઊભા રહેવાની ઇચ્છા થતી નથી. મંદિરમાંથી બહાર આવ્યા પછી રાહત અનુભવાય છે. ભગવાનને મળવાની તીવ્ર આકાંક્ષા અને તેનાં દર્શનની અનુભૂતિને મનમાં સંઘરી રાખવાને બદલે તે તરત ગાયબ કેમ થઈ જાય છે?

આવું શા માટે થાય છે? આપણે કેમ આ રીતે વર્તીએ છીએ? એની પાછળનું એક કારણ સ્પષ્ટ છે. કોઈના ઉપર આધાર રાખવાની આપણી અનિચ્છા અને સ્વતંત્રતા ભોગવવાની આકાંક્ષા. આ જ કારણસર આજનાં સંતાનો માતા- પિતાથી પોતાને દૂર રાખે છે અને જેણે આપણી મદદ કરી હોય તેને લોકો ભૂલી જવા માગે છે.

જોકે આવી કૃતઘ્ન વ્યક્તિ આ ધરતી ઉપર બોજ સમાન છે. હકીકતમાં એ વ્યક્તિ જ ઉત્તમ છે, જે ભલાઈનો બદલો બૂરાઈમાં ન વાળે. આથી જે વ્યક્તિ એવું કહે કે આ બધું મારું છે તેને દૂર હડસેલી દેવું જોઈએ અને “આ આપણા બંનેનું છે.” એવું કહેનાર વ્યક્તિને ભેટવું જોઈએ.

અંધશ્રદ્ધા છોડો

પોતાની તંદુરસ્તી સાચવા આપણે ઘણી કાળજી રાખીએ છીએ. પોતાના શરીરને ખૂબ સાચવીએ છીએ. અંગેઅંગનું ધ્યાન રાખીએ છીએ. એટલું જ નહીં, તેને ખૂબ પ્રેમ કરીએ છીએ.

એ બધું ખોટું ન કહેવાય, બરાબર છે. તેનાથી બીજાને કોઈ નુકસાન નથી થતું. હમણાં એક વખત એક સજ્જન મને મળ્યા. સહેજ અકળાઈને પૂછ્યું, “નેત્રદાન કરીને અન્યને દૃષ્ટિ આપવાનો પ્રચાર આટલા જોરશોરથી કેમ કરવામાં આવે છે?” મેં જવાબ આપ્યો, “એમાં ખોટું શું છે? આપણા મૃત્યુ પછી બીજાની આંખોને રોશની મળશે.” તેનાથી આપણને પુણ્ય મળશે. આ ઉપરાંત આપણી આંખો સંસારમાં ચિરંજીવી રહેશે.”

મારી વાતનો વિરોધ કરતાં તેમણે મને ફરી કહ્યું, “તમે તદ્દન ખોટું વિચારો છો. જો આપણે આંખો દાનમાં આપીને ઉપર જઈશું તો ભગવાન સવાલ નહીં કરે કે આ ધરતી ઉપર મેં તને બધાં અંગો આપીને મોકલ્યો હતો, પછી તું આંખોને તારી સંપત્તિ સમજીને દાનમાં કેમ આપીને આવ્યો? ભગવાનને ગુસ્સો આવી જશે અને તે મને નર્કમાં મોકલી દેશે. વળી ત્યાં મળતી યાતનાઓ હું સહન નહીં કરી શકું. વળી ભગવાને મને કંઈ આપ્યું છે, તેને દાનમાં આપી દેવાથી મને પાપ લાગશે.” એ સજ્જને મને કહ્યું.

આવી દલીલ સાંભળીને હું તો દંગ રહી ગયો. એ સજ્જન આમ તો ખૂબ ભણેલા-ગણેલા હતા. તેમને હું કેવી રીતે સમજાવું. હું તો વિચારતો બેસી રહ્યો અને એ સજ્જન નારાજ થઈને જતાં રહ્યા.

આપણે અનેક પ્રકારની અંધશ્રદ્ધામાં વિશ્વાસ કરીએ છીએ અને તેમને છોડતાં ડર લાગે છે, પરંતુ ઉપરોક્ત ઘટનાથી તો હું આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયો. આપણે જીવિત રહીને દાન-પુણ્ય અને ત્યાગ કરવામાં માનતા જ નથી, પરંતુ મૃત્યુ પછી પણ આપણી જાતને સલામત રાખવા માગીએ છીએ. આવું વિચારીને શરમ અનુભવાય છે કે આપણે હજી પણ કેટલા અજ્ઞાની છીએ. અજ્ઞાનના અંધકારમાં બેઠા છીએ.

જંજાળથી મુક્તિ મેળવો

આ જીવનમાં શું જોઈએ, શું ન જોઈએ, શું સારું છે, શું ખરાબ છે. જન્મવું, મોટા થવું અને મૃત્યુ પામવું એ બધું શું છે એ જાણતાં પહેલાં જ બધું ખતમ થઈ જાય છે. આજે આપણને કોઈ વસ્તુ ગમે છે, તો તેના માટે ખૂબ કોશિશ કરીએ છીએ. તેને મેળવવા માટે ખૂબ પરિશ્રમ કરીએ છીએ. છેવટે તેને મેળવીને જ જંપીએ છીએ.

પરંતુ કોણ જાણે કેમ, જ્યારે કોઈ મનગમતી વસ્તુ મળી જાય છે, ત્યારે ખુશ થવું જોઈએ કે નહીં? એ જ સમજાતું નથી. આપણે એવું નથી કરતાં. આપણે કહીએ છીએ, “એમાં કઈ મોટી નવાઈની વાત છે? આપણે હજી ઘણું મેળવવાનું બાકી છે.” બસ, પછી બીજું મેળવવા ફરી દોડવા માંડીએ છીએ. એ મેળવ્યા પછી પણ આપણે ખુશ નથી થતાં. ફરી નવી ઇચ્છા મનમાં જાગે છે અને ફરી એને પૂરી કરવા દોડીએ છીએ.

એવું લાગે છે જાણે જે કંઈ મેળવ્યું છે એ વ્યર્થ છે. આપણે એવું સમજીએ છીએ કે આ નવી ઇચ્છા પૂરી થઈ જાય, તો બસ જીવન ખુશીઓથી ભરાઈ જશે. હવે એ ઇચ્છા પણ પૂરી થઈ ગઈ, તેમ છતાં મનમાં અસંતુષ્ટિ “બસ, આ એક ઇચ્છા પૂરી થઈ જાય, તો હું આરામથી બાકીની જિંદગી વિતાવી દઈશ.” આમ વિચારીને ફરી નવો કાર્યક્રમ શરૂ કરવા બેસી જઈએ છીએ.

આમ એક નવી ઇચ્છા પૂરી થાય, તો બીજી, બીજી પૂરી થાય તો ત્રીજી... બસ, આમ ને આમ જીવનની ઘટમાળ ચાલુ જ રહે છે. ઇચ્છા, વિચાર, કામ અંતહીન ચાલ્યા જ કરે છે.

આપણાં પેટ અને બુદ્ધિમાં ફેર હોવો જોઈએ. સવારે પેટ ભરીને નાસ્તો કર્યા પછી બપોરે ફરી ભૂખ લાગે છે.

ભૂખ કોઈ દિવસ સંતોષાતી નથી, પરંતુ બુદ્ધિને એવું ન હોવું જોઈએ. ઇચ્છાઓ સતત એક પછી એક મનમાં પેદા થતી રહે છે. આ બાબત સારી નથી. આપણે જે કંઈ મેળવ્યું છે તેનાથી સંતુષ્ટ થઈએ, તેનો ભરપૂર આનંદ માણતાં માણતાં જીવનમાં આગળ વધવામાં જ જીવનની સાર્થકતા છે.

સદાય શુભ શુભ બોલો

આપણે શા માટે ડરીએ છીએ? આપણા મનમાં શંકા છે કે તેનાથી નુકસાન થશે અથવા બીજી વ્યક્તિ આપણને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે, કારણ કે આપણા મનમાં વિશ્વાસ નથી. કોઈ પણ માણસ પર ભરોસો નથી. આપણે જે કોઈ કામ કરી રહ્યા છીએ, તેના પર પણ ભરોસો નથી.

તેનાં પરિણામ ઉપર પણ વિશ્વાસ નથી. એટલો વિશ્વાસ પણ નથી કે જે કંઈ થશે તે સારું જ થશે. આપણે ચારે બાજુથી અવિશ્વાસથી ઘેરાયેલા છીએ.

અરે, એટલું જ નહીં, બે પગ છે તો પણ વિશ્વાસ નથી કે સારી રીતે ચાલી શકાશે કે નહીં? બે આંખો હોવા છતાં સરખી રીતે જોઈ શકીશું કે નહીં, તેના પ્રત્યે પણ શંકા હોય છે. જો કોઈ પૂછે કે આટલો બધો અવિશ્વાસ કેમ છે? તો આપણી પાસે તેનો કોઈ જવાબ નથી.

બસ, ડર, ડર, ડર કે કંઈક ખરાબ થશે. ડરવાની કોઈ જરૂર નથી એવું આશ્વાસન આપણું મગજ આપતું રહે છે, પરંતુ આપણું મન કાયમ શંકા- કુશંકાથી ઘેરાયેલું રહે છે. હિંમત નહીં, વિશ્વાસ નહીં, કશું જ નહીં. કેમ?

આવી દુર્ભાગ્યપૂર્ણ સ્થિતિ શા માટે? શું આ આપણું દુર્ભાગ્ય છે કે પાપોનું ફળ? કોઈ આપણું દુર્ભાગ્ય નથી કે, કોઈ આપણે પાપ નથી કર્યા. આ તો માત્ર આપણા મનની ખોટી ઊપજ છે. બધું જ આપણા હાથની વાત છે. બધું આપણા મન-મસ્તિષ્કમાં જ છે.

જો આપણે મનમાં નકારાત્મક વિચારો ધરાવીશું તો આપણે આપણી જાત સાથે નફરત કરવા લાગીશું. તેના માટે કોઈ જવાબદાર નથી.

જ્યારે આપણે સકારાત્મક વિચારો સેવીશું તો બધું સારું જ થશે. આ જગત આખું સારું દેખાશે. આપણે આપણી જાતને પ્રેમ કરીશું.

જગત જેવું છે, તેને એ રીતે જોનાર વ્યક્તિના જીવનમાં કોઈ ખચકાટ નથી હોતો. જીવનમાં કોઈ મુશ્કેલી નથી આવતી.

બધાં પ્રાણીઓ આપણા સાથી છે

એકને મોટી વ્યક્તિ બનાવવા માટે અન્યને નીચા દેખાડવાની જરૂર નથી. તેમ છતાં આપણે મોટાઈની વાત કરતી વખતે એકબીજાની સાથે સરખામણી કરીએ છીએ. કમળને શ્રેષ્ઠ બતાવવા માટે તેના જન્મસ્થળ-કાદવ પ્રત્યે નફરત દર્શાવીએ છીએ. કોયલનાં વખાણ કરતી વખતે તેની સરખામણી કાગડાની સાથે કરીએ છીએ. કાગડા વિશે ખરાબ બોલતી વખતે આપણે એ ભૂલી જઈએ છીએ કે કોયલ કાગડાના માળામાં જ ઊછરે છે.

આ પૃથ્વી ઉપર આપણી સાથે અનેક જીવો વસે છે. કુદરતની પણ આ જ ઇચ્છા છે. જો આપણા ઘરમાં બિલાડી, કૂતરાં, ઉંદર, વંદા અને કીડીઓ છે, તો એનો અર્થ એ છે કે આપણું ઘર સમૃદ્ધ છે.

જો આપણી પાસે ખાવાનું ન હોત, તો આ બધાં જીવ આપણી આસપાસ ન હોત. આપણે આ વાત શા માટે નથી સમજતાં? આપણે બિલાડીને ભગાડી મૂકીએ છીએ. ઉંદરને મારી નાખીએ છીએ. કૂતરાંને ધુત્કારીએ છીએ. આપણે શા માટે આવું કરીએ છીએ? તેમને પણ આપણી સાથે જીવવાનો અધિકાર છે.

જ્યારે કાગડો કાંવ... કાંવ... કરે છે, તો આપણે તેને ભગાડી દઈએ છીએ. કોઈ મહેમાન આવી ન જાય તેની બીક લાગે છે, પરંતુ જ્યારે પિંડદાન કરવાનું હોય છે, ત્યારે આપણે કાગડાઓને બોલાવીએ છીએ. જો કાગડા ન આવે અથવા આપણે કંઈ આપીએ તો તેનો સ્વીકાર ન કરે તો આપણે દુ:ખી થઈ જઈએ છીએ. જાણે આપણે કોઈ મોટું પાપ ન કર્યું હોય! કદાચ આપણા પિતૃઓ આપણાથી નારાજ હશે એવી લાગણી અનુભવાય છે. જો કાગડા આવીને ખાય છે તો એટલી ખુશી થાય છે જાણે પિતૃઓએ આપણું પિંડદાન સ્વીકાર્યું છે! એક જ પક્ષી પ્રત્યે આવું પક્ષપાત ભર્યું વર્તન શા માટે?

જે પક્ષીને નફરત કરીએ છીએ, તેને જ પિતૃદેવના પ્રતિરૂપ માની ખાસ પ્રસંગે તેને મહત્ત્વ આપીએ છીએ. આપણે સમયાનુસાર શાસ્ત્રોને બદલી નાખીએ છીએ, પરંતુ શાસ્ત્ર બદલાતાં નથી. આપણી બુદ્ધિ જ બદલાઈ જાય છે. માણસોની સાથે જ નહીં, પરંતુ આ પૃથ્વી ઉપર વસતાં તમામ જીવોની સાથે મળીને રહેનાર વ્યક્તિ જ સાચા અર્થમાં ગૃહસ્થ જીવન જીવે છે. એ જ સાચું ગૃહસ્થાશ્રમ છે.

ઉકેલ તરત લાવો

દરેક વ્યક્તિમાં કોઈ ને કોઈ આદત હોય છે. આ તમામ બૂરાઈઓ માણસને અને તેની આજુબાજુના સમાજને હાનિ પહોંચાડે છે. પત્તાં રમવાની જુગારની આદત તરફ આપણે આંખ આડા કાન કરીએ છીએ. પરસ્ત્રીને ચાહનારની આપણે કોઈ દરકાર રાખતાં નથી, કારણ કે આ તો તેની સાથે સંકળાયેલાનો મામલો છે, એમ કહીને આપણે અળગા રહીએ છીએ.

આપણે અબોલા જીવોની હત્યા કરી તેને ખાનાર વ્યક્તિને પણ આવું કરતાં અટકાવતાં નથી, કારણ કે આપણા મનમાં તેના પ્રત્યે કોઈ દયાભાવ નથી.

કેટલીક વ્યક્તિઓના નાક પર ગુસ્સો કાયમ સવાર હોય છે. તેઓ દરરોજ કોઈ ને કોઈ માણસને ગાળો આપતાં રહે છે. તેઓ કોઈની પરવા કરતાં નથી. કોઈ સંબંધ રાખે કે ન રાખે, તેમ છતાં સમાજ એવી વ્યક્તિઓને પણ આશ્રય આપે છે.

આળસુ વ્યક્તિ લોભ કરીને અન્યને લૂંટે છે, તોય આપણે તેને કશું કહેતાં નથી. જ્યાં સુધી તે આપણા પૈસા ચોરી ન જાય, ત્યાં સુધી આપણે કશું બોલતા નથી. દારૂ પીવાની લત વાળી વ્યક્તિનું સ્વાસ્થ્ય કથળે છે. આપણે તેની પણ પરવા નથી હોતી.

આ તો તેના પરિવાર પર બોજો છે, આપણે શું, એવા વિચારે આપણે ચુપચાપ તમાશો જોતાં રહીએ છીએ. કેટલાક લોકોને સદાય અન્યને ભાંડવાની અને બીજા પર આરોપ મૂકવાની ટેવ હોય છે. જ્યાં સુધી આવા લોકો આપણી પાસે નથી આવતાં, ત્યાં સુધી આપણે તેમને માફ કરીએ છીએ.

જ્યાં સુધી આપણને કશું નુકસાન નથી થતું અથવા કોઈ સમસ્યા નથી નડતી, ત્યાં સુધી આપણે કોઈની પરવા કરતાં નથી. આવું વર્તન એ આપણો સ્વભાવ બની ગયો હોય છે. આપણને એવું લાગે છે કે સ્વાર્થથી વિશેષ મોટું કંઈ નથી. આપણામાં બૂરાઈનો સામનો કરવાની જરાય હિંમત નથી.

આપણે અપરાધીને સજા પણ આપી શકતાં નથી. વાસ્તવમાં એક વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ તેના કે તેના પરિવાર પૂરતું જ સીમિત નથી હોતું. તેની અસર આખા સમાજ પર પડે છે. એક જ તણખલું આખા ગામને ભસ્મ કરી શકે છે, પરંતુ એક કૂવો આખા ગામની તરસ છિપાવી શકે છે.

મૃત્યુ પછી પણ સન્માન

આપણે ઘણી અંધશ્રદ્ધા સાથે જીવીએ છીએ. એમાંથી આપણને જે કામ લાગે છે, તેને આપણે રિવાજનું નામ આપી દઈએ છીએ. જ્યાં સુધી વ્યક્તિ જીવે છે, તેની સાથે આપણો ગાઢ સંબંધ હોય છે, આત્મીયતા હોય છે. આપણે તેને એટલો બધો પ્રેમ કરીએ છીએ કે તેના વિના જીવવું અઘરું લાગે છે.

કોઈના જન્મ કે મૃત્યુ સમયે પણ આપણે સારા કે નરસા સમયની વાત કરીએ છીએ.

જન્મ અથવા તો મૃત્યુ આપણા હાથમાં ક્યાં છે? જ્યારે જે થવા કાજે હોય છે ત્યારે તે થાય છે. કોઈનો મૃત્યુ સંદેશ ટપાલમાં આવે છે તો આપણે તેને તરત ફાડી નાખીએ છીએ. આપણને વિશ્વાસ છે કે આવું નહીં કરવાથી નુકસાન થશે. પરંતુ આવું આપણે પારકા લોકો સાથે જ કરીએ છીએ. શું કોઈ પોતાની વ્યક્તિ મૃત્યુ પામે તો આપણે મૃત્યુના સમાચાર પ્રિંટ કરાવીને તેના કાર્ડ ફાડી નાખીએ છીએ? ના!

જ્યારે વ્યક્તિ છેલ્લા શ્વાસ લેતી હોય છે તો તેને પલંગ પરથી નીચે ઉતારીને જમીન પર સુવડાવી દેવામાં આવે છે. આપણી અંધશ્રદ્ધા એવી છે કે જો પલંગ ઉપર પડ્યા પડ્યા જ પ્રાણ નીકળી જાય તો તેના આત્માને અનેક સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડે છે.

તંદુરસ્તી સાચવવી જોઈએ, એ તો જાણે બરાબર વાત છે. જીવિત વ્યક્તિને ઉપર મોકલવાની આટલી બધી ઉતાવળ શા માટે? જનારાની સાથે આપણે જઈ તો શકતા નથી, એટલે માત્ર રડીને બેસી રહીએ છીએ. એ તો સ્વાભાવિક છે.

પોતાની સફળતાને; મેળવેલી વસ્તુઓને, બધાંને છોડીને થોડી વાર પછી નશ્વર દેહ માટીમાં ભળી જ જવાનો છે. ત્યાં સુધી તો જરા ધીરજથી કામ લો. અંધશ્રદ્ધાને લીધે તેને નીચે જમીન પર સુવડાવીને તેનું અપમાન ન કરો. તેને સન્માન સાથે વિદાય આપો. આ અંધશ્રદ્ધા અને 'સેંટીમેન્ટ્સ' અજ્ઞાનતાનાં પ્રતીક છે. તેનાથી કશું સત્ય સિદ્ધ થતું નથી.

તમારા સ્વભાવ મુજબ જ વર્તો

આપણે કેટલીક વ્યક્તિઓનું અનુકરણ કરીએ છીએ અથવા બીજા મારા જેમ કેમ નથી? એમ વિચારી તેમને આપણા જેવા બનાવવા પ્રયત્ન કરીએ છીએ. જે ખરેખર શક્ય નથી, કારણ કે દરેકનો સ્વભાવ અલગ અલગ હોય છે. કોઈકની કોઈ અલગ ખાસિયત હોય તો બીજાની અલગ બાબતની ખાસિયત હોય. જરૂર છે એમની ક્ષમતાને સમજવાની. જે આપણને અનુકૂળ છે, તેને પસંદ કરીને આગળ વધાવાની જરૂર છે. તેમાં દરેક પોતાની પ્રતિભા અનુસાર ફળ મેળવે છે. તેમાંથી આપણે એ બોધ લેવાનો છે કે બીજા સાથે સરખામણી કરવી બિનજરૂરી છે.

ત્રિમૂર્તિ – બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશની વાત કરીએ. બ્રહ્મા-તત્ત્વ, વિષ્ણુ- લીલા અને શિવ-મહત્ત્વ વચ્ચે કેટલું અંતર છે? ત્રણેય આ બ્રહ્માંડમાં મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. એક સૃષ્ટિની રચના કરે છે, બીજા સૃષ્ટિને સ્થિરતા બક્ષે છે અને ત્રીજા વિલય કરે છે. આ ભાવ દરેક પોતાનું કામ કરતાં કરતાં અનુભવે છે.

જે જેનું કામ છે, જે કરવા માટે સક્ષમ અને સફળ છે તે કામ કરતાં રહેવું જ યોગ્ય છે. તેમાં એક કામ મોટું અને બીજું કામ નાનું એવી તુલના કરવી અને દરેક વ્યક્તિ એક જ પ્રકારનું કામ કરે એ માનવું ખોટું છે. સૃષ્ટિનો એ નિયમ નથી. કેટલાકનો સ્વભાવ શાંત હોય છે, તો કોઈને ઝડપથી ગુસ્સો આવે છે. આ ગુણો જન્મજાત હોય છે. જેનો સ્વભાવ જેવો છે તેવો જ રહે છે. આ સ્વભાવ મુજબ જ રહીને સમાજ માટે ઉપયોગી બને તો તે યોગ્ય બની રહે છે.

નેતાજી સુભાષચંદ્ર બોઝનો જુસ્સો ગાંધીજીમાં અને ગાંધીજીનો શાંત સ્વભાવ નેતાજીમાં ન જોવા મળે. બન્નેમાં સામ્ય નથી. આકારમાં, વ્યવહારમાં, ચાલ-ચલગતમાં, જીવનશૈલીમાં દરેકની અલગ અલગ વિશેષતા હોય છે. તમે જે છો, જેવા છો, તમે છો.

શક્તિ એટલી ભક્તિ

આપણો મોટાભાગનો સમય કામ વગરનાં કાર્યો પાછળ વધુ બરબાદ થાય છે. આ કામો ક્યારેય પૂરાં થવાનાં જ નથી. દરેક કામમાં અલ્પવિરામ હોય છે ત્યાં સુધી શાંતિ મળતી નથી. પૂર્ણવિરામ જરૂરી છે, જો કે એનો અર્થ એ નથી કે તમે કોઈપણ કામ કર્યા વિના બેસી રહો.

કાર્ય કરવા માટે જ આપણે જીવીએ છીએ. કામ કર્યા વિના હાથ જોડીને બેસી રહેવું યોગ્ય નથી. એ પ્રકારનાં કામ જેનાથી કંઈક ફાયદો થાય, તે કરતાં રહેવું જોઈએ.

આળસ બહુ મોટી કમજોરી છે. જ્યાં સુધી જીવીએ છીએ ત્યાં સુધી મહેનત કરતાં રહેવું એ આપણું કર્તવ્ય છે. જો કે આપણા પ્રત્યેક કાર્યનું લક્ષ્ય સંતોષ હોવું જોઈએ.

દિવસના ૨૪ કલાક છે, પરંતુ આખો દિવસ કામ કરતાં રહેવું અશક્ય છે. એક દિવસમાં જેટલું કામ કરી શકીએ, એ કર્યા પછી “આજે આટલું બસ છે” કહીને જેટલું કાર્ય થયું તે બદલ સંતોષ થવો જોઈએ અને તો જ બીજા દિવસે આ સંતોષને આધાર બનાવીને ઉત્સાહપૂર્વક કાર્યને આગળ ધપાવી શકાશે.

દિવસનું કામ કર્યા પછી માત્ર સંતોષ જ બચત સ્વરૂપે મળવો જોઈએ, અસંતોષ ન હોવો જોઈએ. જો અસંતોષ થાય તો બીજા દિવસનાં કાર્ય પર તેની અસર પડશે. અશાંત અને બેચેન થઈએ તો કોઈ પણ કાર્ય યોગ્ય રીતે ન કરી શકાય. ગુસ્સો, ખીજ અને અસહિષ્ણુતા વધે છે. તેનાથી કંઈ જ મળતું નથી. જ્યારે મન એકદમ શાંત હોય ત્યારે જ આપણે મોટાં કાર્યો કરી શકીએ છીએ અને તેનું ફળ પણ સારું મળે છે. મનને શાંતિ મળે છે અને જીવનમાં આનંદ વ્યાપે છે.

કાર્યમાં સંકળાયેલી વ્યક્તિએ અશાંતિ ન અનુભવવી જોઈએ. તેનું લક્ષ્ય સુખ-શાંતિ મેળવવી એ જ હોવું જોઈએ. આપણે જે સફળતા મેળવીએ છીએ, તેનો માપદંડ પણ સંતોષ જ છે.

આપણું લક્ષ્ય નક્કી હોવું જોઈએ

કેટલાક લોકો વાસ્તુશાસ્ત્રમાં ખૂબ જ શ્રદ્ધા રાખે છે અને કેટલાક તેમાં માનતા નથી. તેમને કોઈ જ સમસ્યા નથી. વાસ્તુશાસ્ત્રમાં માનવાવાળાએ એટલું માનવું જોઈએ કે તે એક શાસ્ત્ર છે અને તેથી વ્યક્તિ કે ઘર અનુસાર આ શાસ્ત્ર બદલાતું નથી.

આમ છતાં, જે લોકો અધૂરું જ્ઞાન ધરાવે છે, તે પોતાને વાસ્તુશાસ્ત્રના પંડિત સમજે છે. આપણા ઘેર આવે એટલે આપણા ઘરની વસ્તુઓ અંગે ટીકા કરીને સલાહ આપે છે. આપણને વિચારતા કરી મૂકે છે. તેઓ વિચારતાં નથી કે આપણે તેમાં ફેરફાર કરી શકીશું કે નહીં. તેમના મનમાં જે સૂઝે તે બોલી નાંખે છે અને આપણને હેરાન કરી દે છે. જો આપણે તે મુજબ ફેરફાર કરીએ તો પણ મુશ્કેલી અને ન કરીએ તો ભય.

આપણે આ પ્રકારનો ડર ન રાખવો જોઈએ. કોઈ કંઈપણ કહે તો તેની પર વિશ્વાસ કરવો જરૂરી નથી. જો ખરેખર વાસ્તુશાસ્ત્રામાં વિશ્વાસ હોય, તો એવી વ્યક્તિની સલાહ મેળવો જે ખરેખર આ શાસ્ત્રના નિષ્ણાત હોય. પણ આપણે એવું કરતાં નથી. દસ જણાની સલાહ લઈએ છીએ અને તે દસેય જણા દસ ફેરફાર સૂચવશે. વળી, તેમાંની સલાહ એવી હશે કે એકબીજા સાથે તેનો મેળ જ ન મળે.

પરિણામે આપણી હાલત બગડે છે. આપણે કોની વાત માનવી એ જ નિર્ણય કરી શકતા નથી. મુહૂર્ત જેવી બાબતમાં પણ મૂંઝવણ અનુભવીએ છીએ. આપણું સારું થવું તો દૂર, બિનજરૂરી સમસ્યાઓ માથે લઈએ છીએ અને તેથી અનિર્ણાયક બની જઈએ છીએ.

આ પ્રકારની અસ્થિરતાથી દૂર રહેવું પડે. કોઈ પણ વિશ્વાસ, શ્રદ્ધા કે શાસ્ત્ર હોય તે આપણો સારા માટે જ છે, આપણને ગૂંચવવા માટે નહીં. સાચી બાબત તો એ છે કે આ શાસ્ત્રો અને તેમાં રહેલી શ્રદ્ધા આપણને ડરાવતી નથી. આપણે અસ્થિર મનોદશાના કારણે જ દુ:ખ ભોગવીએ છીએ.

પાણી સ્વીકારીને દૂધ આપો

આપણી નાની-મોટી ઇચ્છાઓ હોય છે. આપણે ક્યારેક કોઈ કામ કરવા ઇચ્છીએ છીએ ત્યારે તેને પૂરું કરવા માટે બીજાની મદદ લેવી પડે છે. આપણા મિત્રો કે સંબંધીઓ આપણી મદદ કરે છે અને તેથી તે લોકો પ્રત્યે આપણા મનમાં કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત થાય છે.

કેટલાક લોકો આપણને મદદ જરૂર કરે છે, પરંતુ ત્યારે આપણા પર હાવી થઈ જાય છે. તેમને આ પ્રકારનું વર્તન ગમતું હોય છે. જો તેમને પૂછવામાં આવે કે, “તમે તો હુકમ ચલાવવા માંડ્યા?” તો તરત જ કહે, “મેં તમને મદદ પણ કરી નહોતી?”

આમ એક વાર કરેલી મદદના બદલામાં દસ વાર મદદ લઈ લેવી યોગ્ય ન કહેવાય, ન્યાયી પણ ન કહેવાય. આપણે ઉપકાર કરતાં હોઈએ તે અલગ બાબત છે, પરંતુ જે ઉપકાર કરી શકે તેમ ન હોય તો તેને હેરાન કરવામાં આવે કે તેને કૃતઘ્ન કહેવામાં આવે તો યોગ્ય ન ગણાય અને ત્યારે સામેવાળી વ્યક્તિ કંઈ જ બોલી શકતી નથી.

એ પસ્તાવો કરે છે કે, “મારે એમની મદદ નહોતી લેવી જોઈતી.” પરંતુ પરસ્પરને સહકાર આપવો એ જ સમાજજીવનનો પાયો છે, તેથી એકબીજા પર હુકમ કરવો યોગ્ય ન ગણાય. મદદ કરનાર પછી હુકમ કર્યા કરે તે પણ વાજબી નથી અને મદદ લેનાર કામ પૂરું થાય એટલે નજર ફેરવીને ભાગતો ફરે તે પણ વાજબી નથી.

ઉપકાર એવી બાબત છે કે જેને ઉપકાર કરનાર ભૂલી જાય અને ઉપકાર મેળવનાર જીવનભર યાદ રાખે.

ધનની સુવાસ

થોડા સમય પહેલાંની વાત છે. એક વ્યક્તિએ દૂધનો ધંધો શરૂ કર્યો અને તેમાં ઘણા પૈસા કમાયો. આ પૈસાનું પોટલું બાંધીને નદી પાર કરીને જતો હતો. એટલામાં જોરદાર પવન અને વરસાદ શરૂ થયો. જોરદાર પવનમાં તેનું પોટલું નીચે પડી ગયું અને ખૂલી ગયું. રૂપિયા ઊડવા માંડ્યા, પરંતુ સિક્કા હતા એ પાણીમાં પડી રહ્યા. પેલી વ્યક્તિએ રડવા માંડ્યું. એના કમાયેલા બધા પૈસા પડી ગયા.

થોડા સમય પછી એક સાધુ તેની નજીક આવ્યા અને પૂછ્યું, “કેમ રડે છે, બેટા!” તેણે કહ્યું, “દૂધના વેપારમાં જે પૈસા કમાયો હતો તે બધા નદીમાં પાણીમાં પડી ગયા.” સાધુએ પૂછ્યું, “તેં પ્રામાણિકતાથી વેપાર કર્યો હતો? દૂધમાં પાણી તો નહોતો ભેળવતો ને!” પેલી વ્યક્તિએ કહ્યું, “હા, પાણી તો ભેળવ્યું હતું.” સાધુએ કહ્યું, “તો દુ:ખી ના થઈશ. દૂધના પૈસા તો તારા પડી રહ્યા છે ને, પાણીના પૈસા જ ઊડી ગયા!! આ સિક્કા રહી ગયા છે એ તારી પ્રામાણિકતાની આવક છે અને અપ્રામાણિકતાની આવક ઊડી ગઈ. હવે ચેતીને ચાલ!! પ્રામાણિકતાથી જે આવક મળે છે, એ જ આપણી પાસે રહે છે અને તેના વડે જ સુખ મળે છે.”

લાલચમાં આપણે પ્રામાણિકતા છોડીને ધન કમાવામાં પડીએ છીએ અને એટલે જ દુઃખી થઈએ છીએ. પરસેવાની કમાણી જ સુખ આપે છે અને સંતોષ મળે છે.

મન... આનંદની આરસી

આપણો બાળપણનો મિત્ર કોઈ સિદ્ધિ મેળવે કે વિજયી બને તો આપણે તેને અભિનંદન આપીએ છીએ, પરંતુ ક્યારેક એ અભિનંદનની પાછળ થોડો ઈર્ષ્યાભાવ પણ હોય છે. મનમાં એવો ભાવ પેદા થાય કે, “હું તેની જેમ પ્રગતિ કેમ નથી કરી શકતો? આપણા પ્રયત્નો પણ સફળ નથી થતા અને ક્યારેક નસીબ સાથ નથી આપતું.” એમ વિચારીને ઉદાસ પણ થઈ જઈએ છીએ.

આવો ભાવ જ આપણને વિચારતા કરી દે છે અને એટલે આપણે અશાંતિ ઊભી કરીએ છીએ. તેના પરિણામે આપણે નિરાશા અનુભવીએ છીએ. જે કરવું છે તે કરી શકતા નથી અને ઊલટું પાછા પડતાં જઈએ છીએ.

આપણી આજુબાજુમાં રહેતા લોકો તેમાં વધુ આગ લગાડે છે અને તેથી આપણી ઈર્ષ્યા વધુ વેગીલી બને છે. બીજા સાથે આપણી સ્પર્ધા કરે છે અને પૂછે કે, “તમે કેમ પ્રગતિ કરતાં નથી?” કંઈક અપમાનજનક શબ્દોનો ઉપયોગ કરે છે.

આ તબક્કે આપણે મન પાકું કરીને આવી દુ:ખ પહોંચાડતી વાતોથી દુ:ખી નહીં થવા મક્કમ બનવું જોઈએ. આપણા મનને પૂછીએ તો ઈર્ષ્યા આવતી નથી. તો પછી આપણો મિત્ર કે સંબંધી કોઈક સિદ્ધિ મેળવે તો તેની પ્રશંસા કરવી જોઈએ અને એમના જેવું બનવા માટે નિશ્ચય કરવો જોઈએ. તે જ રીતે બિલ ગેટ્સ, ટાટા અને બિરલા જેવા લોકોમાંથી પ્રેરણા મળવી જોઈએ.

ઇર્ષ્યા કરવી એ આપણો સ્વભાવ નથી, પરંતુ મગજમાં ઘૂસી આવતા બિનજરૂરી વિચારો છે. આપણાથી ઈર્ષ્યા થઈ જ જતી હોય તો પણ કોઈ આપણાથી સારું કરે તેની ઈર્ષ્યા ન હોવી જોઈએ. આ જીવન આપણું છે એમ વિચારીને સારી ભાવના રાખવી જોઈએ.

ચિંતા જ દુ:ખનું કારણ છે

કેટલાંક દુ:ખો આપણા જીવનમાં આપોઆપ આવે છે અને કેટલાંકને આપણે જ નોતરીએ છીએ. કારણ જે પણ હોય, પરંતુ જિંદગીભર કોઈ ને કોઈ ચિંતા સતાવતી રહે છે. કોઈ પણ કામ કરતાં કરતાં તેમાં ધ્યાન આપવું જરૂરી હોય છે અને કામ પૂરું થઈ જાય તો તે અંગે વિચારવું નિરર્થક બની રહે છે. પરંતુ કામને અડધું પતાવ્યા પછી કોઈ વિચારો આવે અને તે વધુ સારી રીતે કરવાની મથામણ કરીએ તો અગાઉનું કામ પણ વ્યર્થ બની રહે છે. વળી, પછીથી જે વિચારો છો તેનો અમલ પણ શક્ય નથી. છેવટે જે કંઈ બને છે તે સાવ નિરર્થક બની રહે છે.

આવું કેમ થાય છે? કારણ કે આપણે પ્રત્યેક કાર્યને બિલકુલ સરસ રીતે કરવા માંગીએ છીએ અને જ ત્યાં ભૂલ કરીએ છીએ, કારણ કે સંપૂર્ણતાનું કોઈ પ્રમાણ નથી હોતું!! તેના શું માપદંડ હોઈ શકે!!

સચોટ રીતે કામ પાર પાડવા પ્રત્યેક વ્યક્તિ પોતાની રીતે નક્કી કરે છે. અહીં એક વ્યક્તિ માટે જે સંપૂર્ણ અને સચોટ છે તે બીજી વ્યક્તિ માટે નથી. કારણ કે દરેક કામની સંપૂર્ણતાની વ્યાખ્યા વ્યક્તિદીઠ બદલાઈ જાય છે.

આપણી આજુબાજુના લોકો કરતાં આપણું કાર્ય સારું બની રહે એટલે ઘણું! એ માટેનો પ્રયત્ન જેટલો થાય તેટલો ઉત્તમ. કોઈ બીજા સાથે તેની તુલના કરતાં આપણું કાર્ય અલગ તરી આવે એ જ ઉત્તમ ગણાય.

સંપૂર્ણતા અને પરિપૂર્ણતા અંગે વિચારીને મગજ ન બગાડવું જોઈએ. તેની જે સીમા આંકીએ છીએ, તેમાં ખુદ જ કેદી બની જઈએ છીએ. જે થાય છે, થઈ શકે છે તે માટે આયોજન કરી લઈએ. બસ પછી દુ:ખી થવાથી ફાયદો નહીં, નુકસાન થાય છે અને કામ યોગ્ય રીતે થતું નથી.

તીર એક વાર કમાનમાંથી છૂટી જાય પછી પાછું ન ફરી શકે. શબ્દો મોંમાંથી છૂટ્યા પછી પાછા ન ફરી શકે, જે કામ પૂરું થાય પછી તેના પર વિચાર વ્યર્થ છે. જે થયું તે ઉત્તમ.

ચઢતી વેલને ટેકો આપો

જે ઉંમરે જે થવું જોઈએ તે આપણે કરતાં નથી. સારા-ખોટા વચ્ચેનો તફાવત સમજવો, ન્યાયી રીતે વર્તવું, ધર્મને અનુસરવું, સારું કામ કરવું અને ખોટું છોડી દેવું.... આ બધું યુવાન વયે જ કરી લેવું જોઈએ.

ખરેખર એવું થતું નથી. આખી જિંદગી વિતાવ્યા પછી જ્યારે છેલ્લો સમય આવે છે ત્યારે ભગવદ્‌ગીતાના શરણે જઈએ છીએ. પાપ અને પુણ્યના આંકડા જોડીએ છીએ. હવે રોજ સત્સંગ, ભજન-કીર્તનમાં ધ્યાન આપીએ છીએ.

વૃદ્ધાવસ્થામાં આ બધું સાંભળ્યાનો અર્થ શો? કોઈ પર ઉપકાર પણ કરી શકતા નથી. જ્ઞાન મેળવીને ભલાઈ થવાની નથી. શારીરિક અને માનસિક સ્વરૂપે અશક્તિ આવી ગઈ હોય ત્યારે આ વૃદ્ધો કોઈનું શું ભલું કરી શકે?

આ ધાર્મિક અને આધ્યાત્મિક સત્સંગ સભાઓમાં ધીરજપૂર્વક મુશ્કેલીઓનો કેવી રીતે સામનો કરવો એ જ શીખવા મળે છે. સત્સંગમાં હાજર પ્રત્યેક વૃદ્ધ પાસે અનુભવનો ખજાનો હોય છે. કોઈની પણ સાથે વાતચીત કરશો તો જાણવા મળશે કે તેમણે કેટલો સંઘર્ષ કર્યો છે. કેવી રીતે મુશ્કેલીઓનો સામનો કરીને સફળતા હાંસલ કરી તે જાણવા મળશે. દરેકની પાસે અનુભવનું અમૃત હોય છે. તો પછી તેમને આ ભાષણ અને ઉપદેશની શું જરૂર પડે!!

આ પ્રકારના ઉપદેશ યુવાનો સુધી પહોંચે તે જરૂરી છે. તેમને આ અંગેનું જ્ઞાન હોવું જોઈએ. સારા ઉપદેશને આત્મસાત કરે, તેનો અમલ કરે અને પોતાના જીવનને અને સમાજને સુધારવામાં સફળ બને તે જરૂરી છે.

એટલે તેમના માટે આ પ્રકારના સત્સંગ હોવા જોઈએ. આ ઉપદેશ અને સંદેશ તેમને કેન્દ્રમાં રાખીને આકર્ષિત કરવા જોઈએ અને ત્યારે જ વ્યક્તિને અને વ્યવસ્થાને લાભ મળી રહેશે.

કંઈક મેળવવા કંઈક છોડવું પડે

સ્વાર્થના કારણે આપણને આપણું ભલું થાય તેમાં જ રસ હોય છે. કોઈ પણ કામ કરતાં પહેલાં તેમાં આપણો ફાયદો કેટલો થશે – તે અંગે વિચારીએ છીએ અને વ્યક્તિગત લાભને જ મહત્ત્વ આપીએ છીએ.

અહીં પ્રશ્ન એ છે કે શું આપણે પૂરી ધગશ સાથે આપણા ફાયદા માટે કામ કરીએ છીએ? ના. કોઈ પણ રીતે ઝડપથી પૈસાદાર બનવાનાં સપનાં જોઈએ છીએ, પરંતુ તેના માટે જરૂરી મહેનત તો કરતાં નથી.

આપણે જાણીએ છીએ કે નોકરીમાં પૂરી નિષ્ઠા સાથે પોતાની જવાબદારી પૂરી કરીએ તો જ આગળ વધી શકાય. આમ છતાં આપણે કામમાં બેદરકારી દાખવીએ છીએ. સત્ય અને ન્યાયના બળે વેપાર કરીએ તો આપણો વેપાર ચાર ગણો વધી જાય, પરંતુ એવું કરતાં નથી. વેપારમાં ખોટી નીતિ અપનાવીએ છીએ. ડૉક્ટર તંદુરસ્તી માટે કેટલીક જરૂરી વાનગીઓ ખાવાની સલાહ આપે છે, પરંતુ આપણે તો હાનિકારક પદાર્થો જ ખાઈએ છીએ. દરેક બાબતે આપણે આપણી વિરુદ્ધ જ વર્તીએ છીએ અને આપણા જ દુશ્મન બનીએ છીએ. મનસ્વી રીતે વર્તીએ છીએ અને જ્યારે મુસીબતો આવે ત્યારે ચિંતામાં ડૂબી જઈએ છીએ.

વિચાર કરીએ એટલે આ બાબત સમજાય છે. ગમે તેટલી સ્વાર્થી વ્યક્તિ પણ થોડો ઉદાર હોવી જોઈએ. કંઈક મેળવવા માટે કંઈક ગુમાવવું પડે, પરંતુ આપણે તેમ કરતાં નથી. આપણી ઇચ્છાઓ સંતોષવા આપણે કંઈ પણ કરવા તૈયાર છીએ.

આપણે આપણા માટે હંમેશાં પરિશ્રમ કરવો જ પડે, કેટલીક વસ્તુઓ છોડવી પડે અને ત્યારે જ આગળ વધી શકાય. આ પ્રકારે જો કાર્ય કરીએ તો સમાજનું પણ કલ્યાણ થાય અને આપણા ઉદ્દેશ્ય પૂરા થાય.

ધીમે ધીમે આત્મીયતા વધારો

આપણે મિત્રો બનાવવા ઉત્સુક રહીએ છીએ. વળી બન્ને તરફથી ઉત્સાહ દર્શાવીએ તો બંને માટે સારું રહે છે. જો કે આપણે ઝડપથી આત્મીયતા દર્શાવવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ. તે માટે કેટલીક મર્યાદાઓ પણ વટાવી દઈએ છીએ. પ્રેમ બતાવીએ છીએ, ભાવવાહી બનીએ, જો તેઓ શહેર છોડીને ક્યાંક બહાર જાય તો તેમને વિદાય આપવા પણ જઈએ છીએ. તેથીય આગળ જે સ્થળે પહોંચવાના હોય એ સ્થળે પહોંચી ગયા કે નહીં? એ બાબતે પણ ખબર પૂછી લઈએ છીએ અને તે દ્વારા તેમને ખુશ કરવાનો પ્રયત્ન પણ કરીએ છીએ.

આપણે આટલું બધું ધ્યાન આપીએ એટલે તેમને તો ગમે જ ને!! કેટલો પ્રેમાળ મિત્ર છે એમ માનીને ખુશ થઈએ છીએ. પરંતુ પ્રશ્ન એ છે કે આમ સતત આદર-સત્કાર નિભાવી શકશો ખરા!!! આખરે આપણી પણ કાર્યશૈલી હોય છે. આપણા રોજિંદા વ્યવહારોમાં એટલા વ્યસ્ત થઈએ છીએ કે બીજી કેટલીક બાબતોમાં વિચારવાની ફુરસદ હોતી નથી. જ્યારે આપણી જ મૂંઝવણો ઓછી નથી ત્યારે એ વ્યક્તિનું ધ્યાન કેટલું રાખી શકાય અને તે સમયે સામેવાળી વ્યક્તિને એમ લાગે કે પહેલાંની જેમ હવે આત્મીયતા દાખવતા નથી, બદલાઈ ગયેલા લાગે છે અને ત્યારે મનોમન દુ:ખી પણ થાય.

આપણી સ્થિતિ પણ એવી જ હોય છે. તેમનો આદર-સત્કાર ન થાય તો મનમાં દુ:ખ અનુભવીએ. જો શરૂઆતથી જ મર્યાદામાં રહીને સંબંધો આગળ વધાર્યા હોય તો દુ:ખ ન થાય. જરૂર છે ખૂબ જ સહજ સ્વરૂપે સંબંધો આગળ વધારવાની અને ત્યારે જ સાચો પરિચય પણ કેળવાય છે.

શ્રદ્ધા કરતાં મહેનતનું બળ વધુ

દરેક કામમાં આપણે ફળની અપેક્ષા રાખીએ છીએ. જેમાં લાભ ન મળતો હોય તેવાં કામને હાથ પર લેતા નથી. કંઈક અનુકૂળ ન લાગે તો આપણે સહન કરી શકતા નથી અને એટલે જ ભવિષ્ય અંગે જાણવા આપણે ખૂબ ઉત્સુક હોઈએ છીએ. ભવિષ્યમાં શું શું કરવું, કયો માર્ગ અપનાવવો, કઈ તરફ આગળ વધવું વગેરે ચિંતાઓ કરીએ છીએ અને તે માટે જ્યોતિષીઓની સલાહ લઈએ છીએ. હસ્તરેખાશાસ્ત્રી, અંકજ્યોતિષ કે અન્ય જ્યોતિષશાસ્ત્રના આધારે કંઈક જાણવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ.

વિજ્ઞાન ખૂબ જ આગળ વધ્યું છે, પરંતુ માણસના ભવિષ્ય અંગેની જાણકારી આપતું કોઈ વિજ્ઞાન નથી. આપણાં પ્રાચીનશાસ્ત્રો પણ મુખ્યત્વે વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધાના બળ પર રચાયેલાં છે. આ શ્રદ્ધામાં ક્યાંક સાચું પડે અને ક્યાંક ખોટું પણ પડે. ભવિષ્યવાણી સચોટ હોતી નથી, પરંતુ જો અનુમાન સાચું પડે તો તેનું મહત્ત્વ વધી જાય છે અને ખોટું પડે તો મહત્ત્વ આપતા નથી.

મુખ્ય બાબત એ છે કે મહેનત કર્યા વિના માત્ર શ્રદ્ધાના બળ પર જ સફળતા મળે તેવું બની જ ન શકે અને એટલે એ પ્રકારની અંધશ્રદ્ધાથી દૂર રહેવાથી કંઈ નહીં તો મનની શાંતિ તો મળે જ છે. આપણું કર્તવ્ય શું છે તે સ્પષ્ટ રીતે દેખાય છે અને એ કર્તવ્ય દ્વારા જ ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે. હસ્તરેખા વાંચીને સાચી દિશા બતાવનાર નિષ્ણાત કોઈ ન હોઈ શકે. વિધિના લેખ લખીને ખુદ બ્રહ્મા પણ ભૂલી જાય છે, તો માણસની શું શક્તિ? જે થવાનું છે તે થવાનું જ છે. તેને રોકી ન શકે. તેનાથી મન જ ખરાબ થાય છે, તો શા માટે મગજ બગાડવું?

જે મળે તેનો સ્વીકાર કરવો જોઈએ અને તેને જ અનુસરવું જોઈએ. ખોટી શ્રદ્ધા રાખીને આગળ વધનાર કરતાં મહેનતના બળે આગળ વધનાર જ સફળ થાય છે.

ખાડો ખોદે તે પડે

આજકાલ ભલાઈનો જમાનો નથી. સારા માણસો શોધ્યા મળે નહીં અને કોઈનો વિશ્વાસ પણ ન રખાય. આમ માનીને આપણે સતત ભયમાં જીવીએ છીએ, પરંતુ ખરેખર એવું નથી. આજે પણ સારા માણસોનો તોટો નથી. જે રીતે ઘણા ઓછા માણસો ધન સાચવીને બેઠા છે, તે રીતે ભલાઈ પણ માત્ર થોડા માણસોની સંપત્તિ નથી.

સારું કામ કરનાર વર્ગ સમાજમાં વેરવિખેર છે. દરેકમાં થોડા ઘણા અંશ તો બચ્યા જ હોય છે. સારાપણાની વ્યાખ્યા દરેક માટે અલગ પડે છે. એક માટે જે વસ્તુ સારી લાગે, તે બીજાને સારી જ લાગે તે જરૂરી નથી. આપણને ગમતી બાબત બીજાને ન પણ ગમતી હોય. તેનો અર્થ એ નથી કે આપણે સાચા ને બીજા ખોટા. આપણા વિચારોમાં જ કોઈ વ્યક્તિ સારી નથી એવું માનવાથી અભિપ્રાય બંધાય છે.

આપણા વિચારો જો એ પ્રકારના હોય તો આપણને બધાં ખરાબ લાગે છે. આપણે જ માત્ર સારા એવું માનવાની માનસિકતા જ ખરાબ છે. આપણું જીવન જ સારા અભિપ્રાય, સારા વિચાર અને સારાં કામો માટે છે, એમ માનવાથી આપોઆપ આપણે સારા માણસો છીએ એવી ભાવના ઊભી થાય છે અને તેથી સારા દેખાવા માટે મહેનત ન કરવી પડે. આપણામાં સારાપણાનો ગુણ છે જ. પાણી જામે એટલે બરફ બને છે અને એ જ બરફને પાણીમાં નાખતાં ઠંડું પાણી બનાવે છે અને તરસ છીપે છે.

એ જ રીતે આપણા મનનાં બારણાં ખુલ્લાં રાખીએ તો સારી હવા પ્રવેશ કરશે અને પવિત્ર બનાવશે. સારાપણાનો ભાવ વધવાથી ખરાબ વૃત્તિઓ દૂર થાય છે અને દુષ્ટ બનવું અઘરું બની જાય છે. સારા બનવું બહુ જ સહેલું છે અને તે આપણે કરી શકીએ છીએ.

બીજાનો ઉપકાર યાદ રાખો

બીજાનું ભલું કરવું આપણો સૌથી સારો ગુણ હોય છે. એ જ રીતે કોઈના પ્રત્યે કૃતઘ્ન હોવું એ માણસનો સૌથી ખરાબ અવગુણ છે. માણસ તકલીફમાં હોય, કોઈ સમસ્યાથી ઘેરાયેલો હોય અને તેને તેમાંથી બહાર નીકળવાનો માર્ગ ન મળે ત્યારે કોઈકની મદદની જરૂર પડે છે. આવી સ્થિતિમાં આપણાં સગાંસંબંધી પણ હાથ લંબાવતાં નથી. પોતાના કહેવડાવતા લોકો જ નજીક દેખાતા નથી. જો કે કોઈક તો આપણને મદદ કરે જ છે અને આપણે મુશ્કેલીમાંથી બહાર આવીએ છીએ. આ પ્રકારના લોકોની આજે ખરેખર અછત છે. આમ છતાં પણ જે કોઈ હિંમતપૂર્વક આપણી મદદ કરે છે, તેના પ્રત્યે આપણે કૃતજ્ઞતા દર્શાવવામાં ઊણા ઊતરીએ છીએ.

આપણે જેવું વાવીએ એવું લણીએ, જેવું બી નાંખીએ એવું જ વૃક્ષ ઊગે. જો કે માણસોના કિસ્સામાં આ બાબત સાચી નથી. મદદ કરનાર પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા દર્શાવવી આપણું કર્તવ્ય છે અને તે જ આપણે ભૂલી જઈએ છીએ. થોડી મદદ કરનારને 'થેન્ક યૂ' કે આભાર દર્શાવવો એ આપણા માટે સહજ છે, પરંતુ મુશ્કેલી દરમિયાન જે મદદ મળે છે તેને ઓળખવાની સહૃદયતા આપણામાં હોવી જોઈએ.

દૂધમાં જે ગુણ છે તે ઝેરમાં નથી હોતો અને ઝેરમાં જે ખરાબી છે તેને દૂધ સાથે કોઈ સંબંધ નથી, પરંતુ દૂધનું ઋણ ભૂલી જનારા આપણે દોષને પાત્ર છીએ.

કોઈ આપણા પર ઉપકાર કરે તેના પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા દર્શાવવી આપણે જરૂરી સમજતા નથી, પરંતુ જો કોઈ આપણું નુકસાન કરે તો તેને સારી રીતે યાદ રાખીએ છીએ. તેનું ખરાબ થાય તેમ ઇચ્છીએ છીએ, એટલું જ નહીં તેનો બદલો લેવાની ભાવના રાખીએ છીએ. આવી ખરાબ દાનત શા માટે?

અમાસની રાત અંધારું જ ફેલાવે. આપણે તો સૂરજના સાક્ષી બનવું જોઈએ. આપણું મન અને વર્તન સૂર્યની જેમ પ્રકાશ ફેલાવે અને જીવનમાં નવું પરોઢ ફેલાય તેનું સ્વાગત કરતાં રહેવું જોઈએ.

પુરુષાર્થનું જ ફળ મળે

પ્રત્યેક કામ પાછળ આપણે ફળની અપેક્ષા જરૂર રાખીએ છીએ. પ્રાર્થના કે પૂજા પાછળ પણ આપણો સ્વાર્થ રહેલો હોય છે. દુ:ખ દૂર રહે અને ભગવાન આપણી રક્ષા કરે તેવી અપેક્ષા રહેલી હોય છે. આપણી ઇચ્છાઓ પૂરી થાય અને ઇચ્છા અનુસાર ફળ મળે તે આપણી પૂજાનો હેતુ હોય છે. જો ઇચ્છિત ફળ ન મળે તો આપણે ભગવાન સાથે રિસાઈ જઈએ છીએ.

ભગવાનની પ્રાર્થના દરમિયાન એ જ કાકલૂદી કરીએ છીએ. કેટલી પૂજા કરી? કેટલી ભેટસોગાદ ચરણે ધરી!! અને છતાં બદલામાં કંઈ જ ન મળ્યું. ઇચ્છાઓ અનુસારની માંગણીઓ પૂરી થતી નથી!! મનોમન આવા કેટલાયે પ્રશ્નો કરીએ છીએ.

માણસ-માણસ વચ્ચેના સંબંધની બાબત હોય ત્યારે આપણું વલણ બદલાઈ જાય છે. કોઈની મદદની વાત આવે ત્યારે તેના બદલામાં નાણાંની અપેક્ષા રાખીએ છીએ. સમય અનુસાર કામ પૂરું કરવાનું વચન પણ આપીએ છીએ. લેવડ-દેવડનો હિસાબ કરીએ છીએ, પરંતુ મહત્ત્વનું કામ ટાળી દઈએ છીએ. આ જ વલણ ઈશ્વરનું ધ્યાન ધરતાં યાદ આવતું નથી. આપણે મદદ મેળવવાની અપેક્ષા રાખીએ છીએ, પરંતુ મદદ કરવામાં ઊણા ઊતરીએ છીએ.

ઈશ્વર સૌનો આધાર છે અને એટલે જ તેનો આશ્રય લઈને સૌ આધાર રાખે છે, પરંતુ પુરુષાર્થ તો આપણે જ કરવાનો છે. જે રીતે પુરુષાર્થ કરીશું તે અનુસાર જ ફળ મળશે.

પ્રસંગને અનુરૂપ વર્તો

પ્રેમ, સન્માન અને આત્મીયતા દર્શાવનાર આપણને ઘેર નિમંત્રણ આપે તો આપણે જરૂર તેમના ઘેર જઈએ છીએ. આવા લોકોના ઘરે કોઈ પણ સારો પ્રસંગ હોય તો હાજરી આપવી એ આપણી ફરજ બને છે.

આ સમયે જ કોઈ જરૂરી કામ આવી પડે તો આપણે ન જઈ શકીએ. તો પછી રૂબરૂ મળવું જોઈએ અને દિલગીરી વ્યક્ત કરી, ન આવવાનું કારણ રજૂ કરવું જોઈએ અને આ રીતે સંબંધો જાળવવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

શુભ પ્રસંગોમાં ન જઈ શકીએ તો ચાલે, પરંતુ કંઈક અશુભ બને તો તો જરૂર જવું જ પડે. તે સમયે કોઈ બહાનું ન ચાલે. તેને મળીને દિલાસો આપવો જોઈએ અને તેના દુ:ખમાં ભાગીદાર બનવું જોઈએ. તેને સાંત્વના આપવી જોઈએ.

ખરેખર તો આપણે દિલાસો કે સાંત્વના દર્શાવવાના બદલે દેખાડો કરીએ છીએ. ત્યાં બેસીને વાતોના તડાકા મારીએ છીએ કે કોઈ ચર્ચામાં સરી પડીએ છીએ. કોઈ રાજકારણ વિશે, કોઈ વેપાર વિશે, તો કોઈ પાડોશીની ટીકા-ટિપ્પણી કરતાં હોય છે.

ખરેખર તો કોઈ સ્વજન ગુમાવનારના વિશે માહિતી મેળવવાનો પ્રયત્ન કરીએ. તેમના જીવનભરની વાતો, સિદ્ધિઓ વિશે જાણીએ અને તેમના ગુણોની પ્રશંસા કરીએ તો તેનો અર્થ સરે છે, પરંતુ ત્યાં જઈને બીજી વાતો કરીશું તો કોઈ અર્થ નહીં સરે.

દીવો જ્યારે મંદિરમાં હોય છે તો આંખે લગાવીએ છીએ, દુકાનમાં હોય છે તો સિગારેટ સળગાવીએ છીએ. આમ આગ એક જ હોવા છતાં સ્થાન બદલાતાં તેનું મૂલ્ય બદલાઈ જાય છે. સંદર્ભ અનુસાર વર્તન કરવું જરૂરી છે. સમય મુજબનો વ્યવહાર યોગ્ય લાગે છે. સારા પ્રસંગે જઈએ તો નરસા પ્રસંગે પણ જરૂર જઈએ.

સારા વિચારોનું ફળ પણ સારું

"આજે તહેવાર છે. સપરમા દિવસે કંઈ આડુંઅવળું ન બોલો અને ગુસ્સો ન કરો." આપણે કંઈક આ રીતે કહેતાં હોઈએ છીએ. મિત્રોને પણ કહીએ છીએ કે, "આજે મજાક ન કરશો. મારા મનને દુ:ખ ન પહોંચાડશો."

પરંતુ ઘરમાં પત્ની પર ગુસ્સો કરો છો. ભોજનમાં સ્વાદ જ નથી, ઘરમાં બધું અસ્ત-વ્યસ્ત છે. સજાવટ બરાબર નથી, બાળકો તોફાન કરે છે અને ત્યારે પત્ની પણ કહે છે, "તહેવારના દિવસોમાં તો શાંતિ રાખો અને ગમે તેમ ન બોલશો. તમે ખુશ રહો તો તહેવાર જેવું લાગે."

અને ત્યારે વિચાર કરીએ છીએ કે આપણે ઇચ્છીએ છીએ કંઈક અલગ અને કામ કરીએ છીએ કંઈક અલગ. તહેવારોમાં પણ કુટેવો જતી નથી. પરિવાર સાથે આનંદથી ઉજવણી કરી શકતા નથી. બહાર ફરવા નીકળી પડીએ કે ગપ્પાં મારવામાં સમય પસાર કરીએ છીએ.

તહેવારો આપણી જીવનશૈલીમાં ફેરફાર માટે છે. ખાણી-પીણી, આનંદ, હળવાશ સાથે સમય પસાર કરવાની જરૂર હોય છે. તહેવારની પરંપરા મુજબ થોડું સત્કાર્ય પણ કરવું રહ્યું તો જ ઉજવણી કરી હોય તેમ અનુભવ થાય.

સવારે ઊઠીને ઈશ્વરને પ્રાર્થના કરીએ છીએ. શુભ દિવસનું સારું ફળ મળે તેવી મનોકામના કરીએ છીએ. પરંતુ આજે કંઈ જ ખોટું કામ નહીં કરું તેવો નિર્ણય કરતાં નથી, કોઈની નિંદા નહીં કરું તેવું વિચારતાં નથી. સારા વિચારો કરીએ તો ફળ પણ સારું જ મળે.

શાંતિ તો તમારી અંદર જ છે

જીવનમાં હંમેશાં વિજયની જ અપેક્ષા હોય છે. સુખ-સુવિધાની ઇચ્છાઓ મેળવવા માંગીએ છીએ, પરંતુ લક્ષ્યને પહોંચીએ ત્યારે અશાંતિ ઘેરી વળે છે. તેનો અર્થ એ નથી કે વિજયથી જ અશાંતિ મળે અને પરાજયથી જ શાંતિ મળે. તે સ્થિતિ તો વધુ ખરાબ હોય છે.

વિજયની અપેક્ષા હોય છે અને તે મેળવવાની ચિંતામાં અશાંતિ સર્જાય છે... “મારા કરતાં ઓછા પૈસા... મારા કરતાં નાનો માણસ... આરામથી જીવે છે. મને જ ફુરસદ નથી.” આમ ચિંતામાં જ દુ:ખી થઈએ છીએ. આપણે આ લક્ષ્ય સુધી જવાનાં સપનાં શા માટે જોયાં? બીજા કરતાં આગળ નીકળવાની લ્હાયમાં જ આપણે અશાંતિ સર્જીએ છીએ.

આપણું જીવન બદલીને બીજાના કલ્યાણ માટે કામ કરવું એ કોઈ સરળ કામ નથી. એક આદર્શ કામ પણ છે. વિજય અને સફળતાની સીડીઓ ચઢતાં ચઢતાં આપણે સુખનો અનુભવ કરતાં નથી. એક લગન સાથે પાછું વળીને જોતાં નથી. જે ધૂન લાગે છે તેની સામે સુખને ભોગવવા વિચારીએ છીએ. ઘણું બધું મળવા છતાં અશાંત અને અસંતોષી બની જઈએ છીએ. પરિશ્રમથી હાંસલ થયેલી બાબત પર જરૂર માન થાય... જો આપણે તેની કિંમત સમજીએ તો જરૂર સંતોષ અને સુખ બંને મળે. સંતોષપૂર્વક સફળતા તરફ આગળ વધીએ તો વધુ પ્રેરણા મળે.

સફળતા માટે આપણી જેટલી લગન હોય છે, એટલી જ લગન સુખ અને સંતોષ માટે પણ હોવી જોઈએ.

શિખરનાં દર્શન માટે મસ્તક તો ઊંચું કરવું પડે

કોઈ મોટી પ્રતિભા સાથે વાતચીત કરતાં ખચકાટ અનુભવીએ છીએ. “અરે! એ ક્યાં અને આપણે ક્યાં?” મોટા પ્રત્યે સન્માનની ભાવના હોય, પરંતુ તેમાં ડર શેનો! એનો અર્થ એ નથી કે તમે કોઈની પરવા જ ન કરો. કેટલીકવાર આપણે ખૂબ જ નાનપ અનુભવીએ અને એટલે બીજાને છાંટા ઉડાડીએ. કોઈ મોટા હોદ્દા પર હોય તો કહીએ છીએ, “અરે, જુઓ તો ખરા, કેટલા દિવસ રોનક રહે છે? પૈસાદાર છે એટલે શું થઈ ગયું? આવા તો કેટલાયે પૈસાવાળા જોઈ લીધા. જેટલા ઉપર ચડ્યા એટલા જ ધડામ દઈને પડ્યા. પૈસો કંઈ કાયમ રહેતો નથી.” આમ બોલીને મનનો બળાપો શાંત કરીએ છીએ.

આમ જોઈએ તો આપણા આ વિચારો પાછળ એમનો કોઈ જ વાંક નથી. આપણે જ પોતાના વિશે ઓછપ અનુભવીએ છીએ અને દુ:ખી થઈએ છીએ. એટલે આ એક પ્રકારની હીનભાવનાના કારણે ઊભી થતી અશાંતિ છે. “આ અશાંતિ જ આપણને ડંખ્યા કરે છે અને તેના ફળસ્વરૂપે આપણે પોતાને મહાન માનવા માંડીએ છીએ.” મારું વ્યક્તિત્વ વિશિષ્ટ છે એમ માનવા લાગીએ છીએ.

આ બધું આખરે તો ખોટું જ છે. શું આપણે ભૌતિક જરૂરિયાતોને છોડીને અધ્યાત્મિક જીવન જીવીને મોક્ષ મેળવવા પ્રયત્નશીલ છીએ? આ પણ વ્યર્થ બાબત છે. દરેક જણ પોતાનો જ સ્વાર્થ સિદ્ધ કરવા પ્રયત્ન કરે છે. ધન-સંપત્તિ તો ઠીક, પરંતુ શારીરિક શ્રમ પણ વહેંચતા નથી. તો પછી આ બધી બનાવટ શા માટે? બીજાની પોટાઈ સ્વીકારવાની સદ્‌બુદ્ધિ આપણને પણ મોટા બનવામાં મદદરૂપ બનશે.

ઉજવણી જરૂર કરીએ, પરંતુ મર્યાદા સમજીએ

આપણે કેટલીક ભૂલો જાણતાં અજાણતાં કરી બેસીએ છીએ. આ ભૂલોની અસર માત્ર આપણા સુધી મર્યાદિત હોય ત્યાં સુધી તો વાંધો નથી, પરંતુ ક્યારેક બીજા માટે મુશ્કેલીનું કારણ બની રહે છે.

આપણા ઘરમાં ટેપ વગાડીએ છીએ. આપણું ઘર છે અને ટેપ પણ આપણી જ છે, પરંતુ જો એ ઘોંઘાટ સર્જે તો!! જાહેર સાઉન્ડ સિસ્ટમની જેમ જ ઘરમાં મોટા અવાજે વગાડવું યોગ્ય ન કહેવાય. પરંતુ શું આપણે તેનું ધ્યાન રાખીએ છીએ? સહેજ પણ નહીં. મોટા અવાજે વગાડવું ગમે છે એટલે વગાડીએ છીએ, પરંતુ સભ્ય સમાજ માટે આ સારું ન કહેવાય.

એટલું જ નહીં કોઈકનું અવસાન થઈ જાય ત્યારે પણ ખૂબ જ અવાજ સંભળાય છે. સ્મશાને લઈ જતાં પણ શાંતિ હોવી જરૂરી છે. કેટલાક સમાજમાં તો બૅન્ડ-વાજાં વગાડીને વિદાયનો રિવાજ હોય છે. શું આ સારું લાગે? ક્યારેક આ બધું ગાંડપણ લાગે!!

અંતિમ સંસ્કાર ખૂબ જ શાંતિપૂર્વક થવા જોઈએ. શોર-ઘોંઘાટ-રોક્કળ કરવી એ બધું સારું નથી. કેટલાક સમાજમાં મરશિયાં ગાવાના રિવાજો હજુ પણ છે.... આ પણ યોગ્ય નથી.

સદ્‌ગતના આત્માને શાંતિ મળે એવું કામ કરવું જોઈએ, તેમના કુટુંબીજનોને સહાનુભૂતિ મળે તેવા શબ્દો બોલવા જોઈએ અને શોરબકોર ઓછો કરવો જોઈએ.

અંધકાર પછી જ પ્રકાશ મળે

આપણે શાંત ચિત્તે રહીને જીવનમાં શાંતિ મેળવવા માટે પ્રયત્નશીલ બનવું જોઈએ. ગુસ્સો કરવાથી દૂર રહેવું જોઈએ. પ્રગતિ કરવાની ધૂનમાં આપણે પસંદગીના ક્ષેત્રમાં સતત પરિશ્રમ કરતાં રહીએ છીએ. ક્યારેક ઠોકર પણ ખાઈએ. લક્ષ્ય હાંસલ કરવા માટે જ આપણે આ બધું કરીએ છીએ.

પ્રયત્ન કર્યા વિના જો કંઈ વધતું હોય તો માત્ર ઉંમર જ વધે છે. આપણા લાખ પ્રયત્નો છતાં મૃત્યુ રોકી શકાતું નથી અને એટલે જ જીવનભર લક્ષ્ય અને મંજિલ પૂરાં કરવા ખૂબ જ આતુર હોઈએ છીએ. આ આતુરતાના કારણે જ મનની શાંતિ ખોઈ બેસીએ છીએ. સફળતાનો રસ્તો કોઈ શોર્ટકટથી મળતો નથી, એ સુગમ કે સરળ પણ નથી અને એટલે જ વ્યાકુળતાનો અનુભવ કરીએ છીએ. સમયનો અભાવ વધુ મૂંઝવે છે અને તેથી ગુસ્સો જલદી આવે છે. આપણે વાત વાતમાં ભડકી ઊઠીએ છીએ. પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે કામ ન થાય તો મૂડ ખરાબ થઈ જાય છે. આમ છતાં આપણે લગાવ જાળવી રાખીએ છીએ. આપણા આ વળગણથી ઘણા દુ:ખી થઈ જાય છે, તો કોઈ આપણને દુશ્મન સમજી લે છે.

દરેક વ્યક્તિને ખુશ રાખવી અશક્ય બાબત છે. પોતાનો પણ ખ્યાલ રાખવો પડે. આમ પણ કંઈ જ ન કરીને કે કોઈની સાથે કઠોર બનીને આપણે ટીકા તો સાંભળવી જ પડે છે. બીજાને શાંતિ પમાડનારને પોતાના મનની શાંતિનો ત્યાગ કરવો પડે છે. આમ છતાં તે જ વ્યક્તિ એક મહત્ત્વપૂર્ણ વ્યક્તિ બની રહે અને સમાજસેવક તરીકે નામના મેળવે.

માત્ર પોતાના સુખને જ ધ્યાનમાં રાખનાર વ્યક્તિ સામાન્ય છે, પરંતુ બીજાના દુ:ખ દૂર કરવા મહેનત કરે છે એ જ મહાત્મા કહેવાય છે.

ખલેલ ન પહોંચાડીએ

બધી જ વાતોમાં આપણે દખલ કરીએ છીએ. બધું જ જાણવા ઇચ્છીએ છીએ. બીજા આપણને વાત ન કહે ત્યાં સુધી આપણે તેમને ચેન પડવા દેતા નથી. આ પ્રકારના વર્તનથી બધા લોકો આપણા પર હસશે અને કોઈ હેતુ સરશે નહીં.

જ્યારે કોઈ વાત જાણવાની ઇચ્છા મનમાં જાગે છે, તો પહેલાં આપણે એ નક્કી કરી લઈએ કે એ વિશે જાણવું આપણા માટે જરૂરી છે કે નહીં. “બધું જ જાણવું છે, જાણવામાં શું નુકસાન છે” તેમ વિચારવું ખોટું છે.

બે માણસો વાતચીત કરી રહ્યા હોય, ત્યારે તેમની વાતમાં વચ્ચે આપણે દખલગીરી કરીએ છીએ. પહેલાં તેઓ આપણને કોઈ જવાબ આપે છે, પણ આપણે તો અટક્યા વગર પ્રશ્નોની ઝડી જ વરસાવીએ છીએ.

આ કારણે તેમને ગુસ્સો આવે છે, છતાં પણ આપણે રોકાતા નથી તો પછી ખરાબ શબ્દો સાંભળવા પડે છે. “અમારી વાતમાં તમારે શું લેવા-દેવા? તમે કેમ આટલો રસ લઈ રહ્યા છો?” તેમ કહી ઠપકો આપે છે. ત્યારે આપણે અપમાન અનુભવીએ છીએ.

આ પ્રકારનાં કામ આપણે કેમ કરીએ છીએ? આપણે આપણી હદમાં રહીએ તો જ આપણને માન મળે છે. વધારે ખોલવાથી કે બીજાની વાતમાં દખલ કરવાથી સમાજમાં આપણને માન નથી મળતું.

“એ તો વાચાળ છે”, તેમ કહી લોકો આપણાથી દૂર ભાગે છે. આપણે જે લોકોને મળીએ, આપણા મળવાથી તેમને આનંદ થવો જોઈએ.

“અરે! આ ક્યાં આવી ગયો હેરાન કરવા.” કોઈ આપણા વિશે આવું ના વિચારે.

આપણે જે કાંઈ જાણવાનું છે, તે સ્વયં જાણવાનો જ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. બીજાને હેરાન કરીને, આતુર બનીને કંઈ જાણી નહીં શકીએ. ધીરજ રાખીશું તો બધું જ જાણી શકીશું.

છુપાવવાથી નહીં છુપાય

આપણે ઇચ્છીએ છીએ કે, હંમેશાં બીજાને ખુશ કરીએ, તેમની પ્રશંસા પામીએ, તેમનો પ્રેમ મેળવીએ, જાણીતા લોકોનો સાથ આપણને મળે, તેમની સાથે આપણો સંબંધ વધે. આ મેળવવા માટે આપણે વારંવાર તેમને ખુશ કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ. એ જ વાત કરીએ છીએ કે જે એમને પસંદ હોય. તેમની ખુશામત કરીએ છીએ.

આપણું મન જાણે છે કે આપણે જૂઠું બોલીએ છીએ. આપણે એમ સમજીએ છીએ કે તે આપણી વાતમાં આવી ગયા.

થોડા સમય માટે કદાચ એમ થાય, પણ આની અસર કાયમ માટે થતી નથી. આપણો એ વ્યવહાર ક્યારેક તો અસફળ નીવડે છે, ત્યારે એ સમજી જાય છે કે આપણે કેટલા ખોટા છીએ.

આપણે તો સાચું જ બોલવા ઇચ્છીએ છીએ પણ આપણે ગભરાઈએ છીએ કે સાચું બોલવાથી બીજાને દુ:ખ ન થાય, પરંતુ ખરેખર એવું નથી હોતું. બીજા લોકો આપણા મુખે સત્ય જ સાંભળવા ઇચ્છે છે. તેમના માટેનો આપણો અભિપ્રાય જાણીને કદાચ શરૂમાં તેમને ખરાબ પણ લાગે, પણ તેનો અર્થ એ જરાય નથી કે આપણે અસત્યનો સહારો લઈએ. હંમેશાં રાજા હરિશ્ચંદ્રની જેમ સાચુ બોલવું અસંભવ જ છે, પણ નાની-નાની વાતમાં જૂઠું બોલવું એ ખૂબ ખરાબ બાબત છે.

બીજી વ્યક્તિ આપણા માટે એવો અભિપ્રાય બાંધશે કે આપણાથી દૂર જ ભાગશે. આપણાથી છૂટવા માટે બેચેન બની જશે. શું કોઈની નજરમાંથી આવી રીતે પડી જવું આપણને ગમશે? આપણે આવી ખરાબ પરિસ્થિતિને પ્રોત્સાહન શા માટે આપીએ?

કંઈ પણ કહો. અસત્યની મદદથી કોઈ પણ વ્યક્તિ મોટો માણસ નથી બની શકતી. એટલે જ કહ્યું છે કે, 'સત્યમેવ જયતે.'

તમે પોતે જ તમારા માટે જવાબદાર છો

આપણે આ દુનિયા વિશે ખૂબ વિચારીએ છીએ. આ જરૂરી નથી. કંઈક કરવાનું હોય તો "લોકો શું કહેશે" એમ વિચારીને પીછેહઠ કરીએ છીએ. ક્યારેક ગભરાઈ જઈએ છીએ. ક્યારેક આપણે આપણું મન મારીને આપણને પસંદ ન હોય તેવું કામ સમાજ માટે કરીએ છીએ, તો ક્યારેક આપણા આત્માના અવાજને અવગણીને, લોકોથી ડરવાના કારણે, કરવા લાયક કામ પણ નથી કરતા.

પણ આ આપણું ગાંડપણ જ છે. આપણે જે કામ કરી રહ્યા છીએ તેની કોને ચિંતા છે? બધાં પોતાની જ સમસ્યામાં મૂંઝાયેલા છે. જો કોઈ કંઈક 'નવું' કરે તો આગની જ્વાળાઓની જેમ તે ખબર પ્રસરી જાય છે. તે પણ વધુમાં વધુ એક અઠવાડિયામાં જૂની થઈ જાય છે. ત્યાર બાદ તેને બધાં ભૂલી જાય છે. જો આવી જ હાલત હોય તો આપણે શું કામ આખું જીવન બીજા માટે જીવીએ?

આપણે જો કોઈ ખોટું કામ કરતાં હોઈએ તો આપણે સમાજનો ડર રાખવો જરૂરી છે. અત્યાચાર કરીશું તો દુનિયાની સામે દોષિત ઠરીશું એવો ડર રાખવો જોઈએ. જો કોઈ વાતને 'સારી' માનીને આપણી રીતે તેને અપનાવીએ તો કોઈની ચિંતા કરવાની જરૂર નથી.

કોઈની સામે સાચી વાત કરતાં ડરવું ન જોઈએ. ડર રાખ્યા વગર આગળ વધવું એ જ આપણું લક્ષ્ય હોવું જોઈએ. આપણે દુનિયાનું માનીએ છીએ પણ શું કોઈ એક જ બાબતમાં, કોઈ એક જ અભિપ્રાય સાથે સહમત થઈશું? ના. જુદા જુદા લોકોના વિચારો પણ જુદા જુદા હોય છે.

બધાંને, બધી જ બાબતોમાં હંમેશાં ખુશ રાખવા સંભવ નથી. મારો કહેવાનો ભાવાર્થ એ નથી કે તમે કોઈની વાત ન માનો અને પોતાની જ વાત પર મક્કમ રહો. આવી એક પરંપરા છે, જે લગભગ બધાંને માન્ય હોય છે, તે અનુસાર તો આપણે કામ કરીએ જ છીએ. પણ બધી વાતમાં ગલ્લાં-તલ્લાં કરવા, સમાજથી ડરવું નહીં એ બરાબર નથી. આપણો આત્મા જ આપણો માર્ગદર્શક છે. આપણું કામ જ આપણને પૂરતું પરિણામ આપે છે. આત્માને સાક્ષી માનીને આગળ વધીએ.

સુખ-સંતોષ ઘરઆંગણે લાવીએ

આ દુનિયા 'સુખી માણસ'ને નથી અપનાવતી. 'સફળ માણસ'ને જ લોકો પસંદ કરે છે. ઘરની અંદર કે બહાર તેનું જ માન હોય છે. ઘણાબધા લોકો માને છે કે જીવન માત્ર પૈસા કમાવા માટે જ છે. સુખ-શાંતિ માટે નહીં. જ્યારે જીત હારમાં પલટાઈ જાય છે ત્યારે લોકો સમજતા નથી. સહાનુભૂતિ તો નથી દર્શાવતા પરંતુ દૂરથી તિરસ્કાર કરે છે.

આ રહસ્ય જાણ્યા બાદ આપણે 'સુખી માણસ' બનીને રહેવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. 'સફળ માણસ' બનવું એ વ્યક્તિગત બાબત છે. કેટલા દિવસ આપણે અમીર બનીને જીવ્યા, કેટલા પ્રકારની ગાડીઓમાં ફર્યા, કેટલા બંગલા બનાવ્યા એ જ મુખ્ય વાત નથી. આપણે, આપણા જીવનકાળ દરમ્યાન કોઈને દુ:ખી કર્યા વગર, હેરાન કર્યા વગર, કોઈ જ તકલીફ આપ્યા વગર જીવ્યા છીએ કે નહીં તે મુખ્ય બાબત છે. કોઈને દુ:ખી કરવાનો આપણને કોઈ હક નથી. તો બીજી બાજુ આપણા જીવનને સુખી બનાવવાનો આપણો બરાબરનો હક છે.

આમ જોઈએ તો આપણને ફક્ત આપણા જ સુખ-શાંતિની ચિંતા હોય છે. આપણે પોતે જ્યારે સંતુષ્ટ હોઈશું ત્યારે જ આપણે આ શાંતિ બીજાની સાથે વહેંચી શકીશું. જો આપણું જ જીવન ઉતાર-ચઢાવથી ભરેલું હશે, તો આપણે પરિવાર માટે કે સમાજ માટે કંઈ નહીં કરી શકીએ. આપણું જીવન પરોપકાર માટે જ છે અને આપણા પોતાના માટે આપણે કશું નથી કરતાં એમ કહેવું કે સમજવું એ મોટું જુઠાણું છે. આ પ્રકારનો દેખાવ એ ઢોંગ છે.

પહેલાં આપણે આપણા માટે કંઈક કરીએ. પોતાના માટે સુખ-સંતોષ ભોગવીએ અને પછી બીજાને આપીએ એ જ તો જીવનનો સાર છે. આ સુખ- સંતોષ બીજા પર ગમે તેટલા લૂંટાવશો છતાં પણ તમારો ખજાનો તો ભર્યો-પૂર્યો જ રહેશે. આથી ખુશ રહો. સફળતા આપણી સાથે રહેશે.

સમભાવ રાખવો જરૂરી છે

આપણી જરૂરિયાતો ઘણી હોય છે. તે બધી આપણે સંતોષી નથી શકતા. તેના માટે કોઈની સહાય લેવી પડે છે. તેમાં કશું ખોટું નથી. ઘણા લોકો મદદ કરી શકે તેમ હોવા છતાં પણ મદદ નથી કરતા. “જોઈશું, જોઈશું”‘ તેમ કહીને ટાળતા હોય છે. આપણે વારંવાર તેમની પાસે ધક્કા ખાવા પડતા હોય છે. આવા લોકો પર વિશ્વાસ ન કરવો જોઈએ.

મદદ કરવાનો સ્વભાવ અને સામર્થ્ય જે લોકોમાં હોય છે, જ્યારે તેઓ કહે છે કે, “હું તમારું કામ ચોક્કસ કરીશ.” તો તેમની વાત માની લેવી જોઈએ. તેમના પર શંકા ન કરવી જોઈએ. પરંતુ આપણે ડરીએ છીએ કે આપણું કામ બરાબર થશે કે નહીં. આથી એ જ કામ આપણે બીજા કોઈને પણ સોંપીએ છીએ. આમ, આતુરતા અને શંકાના કારણે એક કામ માટે ત્રણ-ચાર લોકો પાસે મદદ માંગીએ છીએ. કામ પૂરું ન થાય ત્યાં સુધી તેમને શાંતિથી જીવવા નથી દેતા.

કોઈ સારો માણસ આપણું કામ પૂરું કરી આપે છે. આપણી જરૂરિયાત પૂરી થઈ જાય છે, એટલે આપણો સ્વભાવ પણ બિલકુલ બદલાઈ જાય છે.

કોઈને એમ નથી કહેતાં કે, “તમારી મદદથી કામ પૂરું થયું.” અને જો ઔપચારિક રીતે કહી પણ દઈએ તો, મનમાં કૃતજ્ઞતાનો ભાવ નથી હોતો.

“મારું નસીબ સારું હતું એટલે મારું કામ થઈ ગયું. એમાં તેમનો ક્યાં હાથ છે?” આમ વિચારીને અભિમાન કરીએ છીએ. કામ થઈ જાય પછી આપણા મનમાં એવા ખોટા વિચાર એટલે આવે છે કેમ કે આપણને કોઈના પર વિશ્વાસ નથી હોતો. જેને પણ મળીએ છીએ, “જરા મારું કામ કરી આપશો?” તેમ કહીએ છીએ. એટલે જ આ પ્રકારની વિચારસરણી ઉદ્ભવે છે. પોતાનો સ્વાર્થ સાધવા માટે મિત્રતા રાખનાર વ્યક્તિ અને કોઈના પર વિશ્વાસ ન કરનારનું સંસારમાં પોતાનું કોઈ નથી હોતું. તેને પોતાની જાત પર જ ભરોસો નથી હોતો.

સંવેદનાને જાગતી રાખીએ

આપણે દિવસે-દિવસે ઉદાસ થતાં રહીએ છીએ. ખરા-ખોટાને જોઈને વિચલિત થતાં નથી. આપણને જો કોઈ ખરું-ખોટું કહે તો ચૂપ રહેવું જ યોગ્ય છે, પણ કોઈ પ્રશંસા કરે તો પણ આપણે ખુશીથી ગાંડા નથી થતાં. એનો અર્થ એ જરા પણ નથી કે આપણે પરિપક્વ બની ગયા છીએ અને સુખ-દુ:ખને સમાન રીતે સ્વીકારીએ છીએ.

ચારે બાજુ જે બની રહ્યું છે, તે આપણી ઇચ્છા મુજબ નથી. “કંઈ પણ થાય, અમારે શું?” આપણે એ વલણ રાખીએ છીએ. જો આપણે મનુષ્ય તરીકે જન્મ લીધો છે અને જો આપણામાં મન હોય તો તેમાં સંવેદન થવું જરૂરી છે. ખુલ્લા મને હસવું કે રડવું જોઈએ.

જો મન કઠોર હોય અને સ્વભાવમાં દયાભાવ ન હોય તો આપણે કોઈને પ્રેમ નથી કરી શકતા. બીજાનો પ્રેમ તો બિલકુલ નહીં પામીએ. મન કોમળ હશે તો જ સારી વાતોને અનુસરીશું. કોમળ મન જ સર્જનાત્મક શક્તિથી ભરેલું હોય છે.

આપણને વિશ્વાસ છે કે દરેક જગ્યાએ દગો છે, અવિશ્વાસ છે. આપણે એવા નિર્ણય પર આવીએ છીએ કે કોઈ જ સારો માણસ નથી. આ માનસિકતા આપણને સારા બનવા દેતી નથી. આ આપણી પ્રગતિના માર્ગમાં અવરોધ બની જાય છે. અશુભ પ્રસંગે રડવું અને શુભ પ્રસંગે હસવું એ મનુષ્યની સહજ પ્રતિક્રિયા છે, જેમની પાસે મન હોય છે.

આપણી પ્રતિભાને ઓળખીને જો કોઈ આપણી પ્રશંસા કરે કે સન્માન કરે તો ફુલાઈ નહીં જવું જોઈએ. કૃતજ્ઞતા પ્રગટ કરી, એ સભામાં આભારના ચાર શબ્દ બોલવા જોઈએ. બોલવાનું ન ફાવે તો ખુશીનાં આંસુ વ્યક્ત કરવા જોઈએ. આવું નહીં કરીને, પૂતળાની જેમ જડ થઈને બેસી રહીએ તો એ આપણો કઠોર સ્વભાવ જ દર્શાવે છે.

પથ્થરોની વર્ષા થાય તો આપણે ભાગી જવાનું જાણીએ છીએ, પણ ફૂલોની વર્ષા થાય ત્યારે આનંદવિભોર બનવાનું આપણે શીખવું પડે છે.

નાનકડો દીવો પણ પ્રકાશ પાથરે છે

સુખ-સુવિધા પ્રાપ્ત કરવી, સ્વસ્થ રહેવું, લાંબું જીવવું અને પૈસા કમાવા એ જ આપણા જીવનનું ધ્યેય છે. આ બધી વસ્તુઓ માટે આપણે પ્રયત્નશીલ રહીએ છીએ. પૈસા કમાવાને ખૂબ જરૂરી માનીએ છીએ. "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા." એમ સમજીને શરીરનું જતન કરીએ છીએ. શું આ ખાવાથી કોઈ રોગ તો નહીં થાયને! તેવી ચિંતા પણ કરીએ છીએ.

ખૂબ જ સાવધાની રાખ્યા પછી પણ રોજિંદા જીવનમાં ભૂલો કરતાં જ રહીએ છીએ. બીમાર પડીએ છીએ પછી ખાવાની બાબતમાં સાવચેત થઈ જઈએ છીએ. આ તો આપણા જીવનની સામાન્ય બાબત બની ગઈ છે.

પૈસા અને તબિયત પર જેટલું ધ્યાન આપીએ છીએ, એટલું મનના આનંદ માટે નથી વિચારતા એ જ વિચારીએ છીએ કે પૈસા હોય અને તબિયત સારી હોય તો ખુશી આપોઆપ મળી જાય છે. ખરેખર તો મનની શાન્તિ મનમાંથી મળે છે અને મનને શાતા આપે છે. સ્વસ્થ વિચારોથી જ શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. વિચારો એ આપણી ખુદ્ધિની જ ઊપજ છે.

આત્માનો આનંદ બહારની ચીજોમાંથી નથી મળવી શકાતો. એ તો આપણે જાણીએ છીએ, છતાં પણ તેની પાછળ ભાગીએ છીએ. મન મેલું રાખીને, બહારથી અભ્યંગ સ્નાન કરીને આપણે ચોખ્ખાઈ અનુભવીએ છીએ તે મૂર્ખતા જ છે. મનુષ્યના મનની અંદર જે બૂરાઈ છે તેને મનની અંદરની ભલાઈ જ મિટાવી શકે છે.

આત્માનો આનંદ જ સૌથી મૂલ્યવાન છે. ધન-દૌલત-તંદુરસ્તી આ બધાંનો આનંદ તેમાં જ સમાયેલો છે.

શરીરથી મજબૂત વ્યક્તિ પણ અશાંત હોઈ શકે છે, પરંતુ આત્માનો આનંદ પ્રાપ્ત કરી લે છે. તેની રીતભાતમાં સચ્ચાઈ અને દિનચર્યામાં સાહસ હોય છે.

જાણીને ખોટું કામ કરવું અનર્થ છે

આપણે જાણીએ છીએ કે જૂઠું ન બોલવું જોઈએ, છતાં પણ દરરોજ ઓછામાં ઓછા ડઝન જુઠ્ઠાણાં ફેલાવીએ છીએ. આપણે જાણીએ છીએ કે આપણે ધર્મનું પાલન કરવું જોઈએ, પરંતુ આપણે પોતાનો ધર્મ જાતે જ બનાવીએ છીએ અને લોકધર્મની વિરુદ્ધ જઈને અધર્મનાં કામ કરીએ છીએ! બીજાઓને અન્યાય કરવો ખોટું છે એ જાણતા હોવા છતાં, પણ આપણી જાતને એમ સમજાવીએ છીએ કે, “આમાં એવો કયો મોટો ગુનો છે? આમ તો બધા કરે છે.” આમ કહીને એ જ રસ્તા પર ચાલીએ છીએ.

આપણે જે ભૂલો કરીએ છીએ, તે વિશે આપણે જાણીએ છીએ. આપણો અંતરાત્મા આપણને કહે છે, પરંતુ આપણે તેનો અવાજ સાંભળતા નથી.

આપણે સ્વયં એવો નિર્ણય લઈએ છીએ કે આ દુનિયામાં આમ જ જીવવાનું છે, ખોટા રસ્તાને પસંદ કરીને આપણે નિશ્ચય કરી લઈએ છીએ કે આપણે જે જોઈએ છે, તે આ જ ટૂંકો માર્ગ છે. પરંતુ આ રીતે અધર્મ અને અન્યાયની મદદ લઈને કોઈ જ સફળ નથી થઈ શકતું.

આ જ રીતે, એમ વિચારીને કે આ બધું જ જરૂરી છે, અનિવાર્ય છે, બસ એક જ વાર આવું કરવું પડશે – અન્યાયનું કામ ન કરવું જોઈએ. “દુનિયામાં બધા લોકો કરે છે તો એક હું કરીશ તો તેમાં શું ખોટું છે?”

“જો હું લોકોની સાથે નહીં રહું તો મને શું મળશે? આ દુનિયાની સાથે કેવી રીતે રહીશ?” આ પ્રકારના સંદેહ કે સંકોચની કોઈ જરૂર નથી.

આપણે આ દુનિયાને ગમે તેટલી ખરાબ કહીએ, ન્યાયના માર્ગે ચાલવાવાળા મહાન પુરુષો જ વધારે છે. દુષ્ટ લોકો ઓછા છે, પણ ભલાઈનો પ્રચાર ઓછો હોય છે અને બૂરાઈ માટે પ્રચારની આવશ્યકતા નથી,

તમારું વ્યક્તિત્વ બહાર દેખાવું જોઈએ

આપણને વાણીસ્વાતંત્ર્ય મળ્યું છે. કોઈની પણ આલોચના કરવાનો આપણને અધિકાર છે. દેશના મોટા નેતાઓની પણ ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. કાયદાએ આપણને આ બાબતે આઝાદી આપી છે. એટલે જ આપણે ક્યારેક હદની બહાર જતાં હોઈએ છીએ. આપણે સમજીએ છીએ કે બીજા પર જેટલો વધારે કાદવ ઉછાળીશું, આપણે એટલા જ મહાન બનીશું. બધાને બધી વાતો માટે સાચું-ખોટું કહીને, તેમની ખામીઓ કાઢીને આપણે ખુશ થઈએ છીએ.

તો શું આપણે આ આઝાદીનો ઉપયોગ બધાં માટે કરીએ છીએ? ના. દાખલા તરીકે: આપણા બૉસની આપણે ટીકા નથી કરતા, પરંતુ મનમાં ને મનમાં કોસીએ છીએ. એ અલગ વાત છે. બૉસને કંઈ કહીશું તો આપણી નોકરી જતી રહેશે. એટલે જ વાણી પર સંયમ રાખીએ છીએ. તો અહીં વાણીસ્વાતંત્ર્ય ક્યાં છે?

આવું કેમ? પોતાનાં ઘરના સભ્યોને શું આપણે કોસીએ છીએ? ખરું-ખોટું સંભળાવીને દુ:ખી કરી શકીએ છીએ? ના. કેમકે એવું કરીશું તો એ લોકો આપણને ઘરની બહાર કાઢી મૂકશે. ઈશ્વરને પણ આપણે કોસીએ છીએ. આપણે સમજીએ છીએ કે એ આપણને કંઈ નહીં કહે. એ તો ચૂપચાપ સાંભળે છે, આ જ વિચારીને જુદી જુદી રીતે ટીકા કરીએ છીએ. ઘાસના તણખલાને વાવાઝોડાનું તોફાન પણ ઉખાડી નથી શકતું. એટલે જ ઘાસના તણખલા સીધા જ ઊભા રહે છે. આપણે પણ એવા જ હોઈએ છીએ.

ખરી સ્વતંત્રતાનો ઉપયોગ કરનારાએ દરેક જગ્યાએ, દરેકની સાથે સ્વતંત્ર પ્રાણી બનીને જ રહેવું જોઈએ. આપણા મનના ભાવોને અંદર છુપાવીને કોઈ બીજા સંદર્ભમાં આવેગાત્મક પ્રદર્શન કરવું તે કાયરતા છે. રૂપ, વાતચીત અને વ્યક્તિત્વ, જે માણસોમાં અલગ-અલગ રીતે વ્યક્ત થાય છે, એટલે કે બતાવે કંઈક અને કરે કંઈક જુદું એ મનુષ્ય નથી.

ધીર-ગંભીર બનવા માટે સદ્‌ગુણો હોવાં ખૂબ જ જરૂરી છે. તેનો આધાર છે ચારિત્ર્યવાન હોવું. જે ગુણવાન છે તેમનું વ્યક્તિત્વ પારદર્શક હોય છે. તેને જે પણ અધિકાર આપવામાં આવે છે તેનો સદુપયોગ જ કરે છે.

આપણો માર્ગ સાચા ધ્યેય તરફનો છે

પોતાના વિશે આપણે જાણીએ છીએ. આપણે શું કરી શકીએ છીએ અને શું ન કરી શકીએ, તે પોતાની શક્તિનો આપણને અંદાજ હોય છે. આપણી નબળાઈઓ પણ જાણતા હોઈએ છીએ, પરંતુ આપણે સ્વયં મોં કાળું કરીને આપણા મનને મેલું કરીએ છીએ. ફળસ્વરૂપે આપણે પોતાની જાતને જ નથી સમજી શકતા.

શરીરમાં ત્રુટિઓ છે. તેને આપણે બદલી નથી શકતા. તેની જરૂર પણ નથી. આપણે જાણીએ છીએ કે બધાનું મન એક જેવું છે. તે હંમેશાં ભલું ઇચ્છે છે, છતાં પણ આપણે હોશિયાર બનવાની કોશિશ કરીએ છીએ. જેમ કે આપણે ખૂબ બુદ્ધિશાળી છીએ. આપણી જાતને ચાલાક સમજવાથી કુબુદ્ધિ પ્રવેશે છે. તે બુદ્ધિ દરેક કામને, દરેક વિચારને તોડી-મરોડીને વાંકી કરી દે છે.

એટલે જ દરેક વાત પર હેરાન થઈ જઈએ છીએ. શાંતિ ગુમાવીએ છીએ. અહંકાર આપણને એ નથી માનવા દેતો કે આપણે બેવકૂફ છીએ. આપણે ડરીએ છીએ કે આ માની લઈશું, તો બધા આપણને મૂર્ખ સમજવા લાગશે.

"મારી પાસે મન છે. તેની વાત હું માનું છું. દરેક કામ મન લગાવીને કરું છું." જે આત્મવિશ્વાસ સાથે આવું કહી શકે છે, તે જ મનુષ્ય શુદ્ધ હોય છે. આ સારું છે અને આ ખોટું છે, બુદ્ધિથી આ જ રીતે વિવેકપૂર્ણ કામ લેવું જોઈએ. મન આ ચક્કરમાં કે લૌકિક વાતોમાં નથી પડતું. એ તો પારાની જેમ મુક્ત રહીને જ્યાં ઇચ્છે ત્યાં જાય છે. તેની સાથે સાથે પોતાનું જીવન ચલાવવાથી એ જ આપણને લક્ષ્ય તરફ લઈ જાય છે. બુદ્ધિનો સહારો લઈને કરેલું દરેક કામ આપણને કે બીજાને સારું ફળ નથી આપી શકતું, કારણ કે બુદ્ધિ બરાબર સમજવામાં ચૂકી જાય છે. મન લગાવીને કરેલું દરેક કામ આપણને ખુશી અને બીજાને લાભ આપે છે.

આપણે બુદ્ધિહીન હોઈએ તો પણ કોઈ વાંધો નથી. જે મનુષ્યમાં મન નથી, તે મનુષ્યોની વચ્ચે રહેવાને લાયક નથી.

કૈલાસ-વૈકુંઠ ખૂબ દૂર છે!

આપણે રામ, શિવ અને વિષ્ણુને આપણા દેવ નથી માનતા. આપણે એમ સમજીએ છીએ કે તેઓ બહુ મોટા દેવ છે. જે ક્યાંય દૂર બેઠા છે. તેમના હજારો- લાખો ભક્તો છે. એટલે જ તેઓ આપણાથી ખૂબ દૂર હોય તેમ લાગે છે અને અજાણતાં જ આ પ્રકારના ભાવ, આપણા મનમાં ઘર કરી ગયા છે.

એટલે આપણી પાસે જે નાના-મોટા દેવ છે, તેમને આપણે જલદી મેળવીએ છીએ. આપણને એમ વિશ્વાસ હોય કે તેમની પાસે ભીડ ઓછી છે, તેથી તેઓ આપણી પ્રાર્થના જલદી સાંભળે છે. આ જ આપણો વિશ્વાસ છે, પરંતુ આજ-કાલ શું થઈ રહ્યું છે? એ નાના દેવો પણ ખૂબ પ્રસિદ્ધ થયા છે. એમની પાસે પણ ભીડ થવા લાગી છે. એટલે જ મનુષ્યના વેશમાં જે ભગવાન બની ગયા છે, તેઓ પસંદગી પામ્યા છે. એમને જ ભગવાન – દેવ સમજીને પૂજવામાં આવે છે. આ મનુષ્ય-દેવો આપણી સાથે વાત કરે છે, એટલે જ આપણી બધી સમસ્યાઓ તેમને જણાવી, તેમની પાસેથી તેનું સમાધાન મેળવવાની આશા રાખીએ છીએ.

તેમની સાથે વાત કરવામાં કોઈ મુશ્કેલી નથી. ભીડ ઓછી હોય છે, તેમને પૈસા આપવાની, તેમની પાદુકાની પૂજા કરવાની મંજૂરી મળશે અને પૈસા ધરવાથી તેઓ આપણા ઘરે આવી, આપણા આતિથ્યનો સ્વીકાર કરશે. આપણા પરિવારના સભ્યોની ઇચ્છા જાણીને, “તમારી ઇચ્છા એક પળમાં પૂરી કરીશ.” તેમ કહીને, આશીર્વાદ પણ આપીને ચાલ્યા જતાં મનુષ્ય ‘દેવતા’ છે.

એટલે જ બોલાવીએ ને તરત પ્રગટ થાય તેવા ‘ગોડમૅન’ને જ સારા સમજીને, તેમને આપણા દેવતા માનીને, તેમના ફોટાને પૂજારૂમમાં સજાવીને તેમની પૂજા કરીએ છીએ. તેમનું સમાધાન પણ ફોન પર મળી જાય છે. આપણે બીજું શું જોઈએ? આ પ્રકારની સુવિધાઓ પ્રદાન કરનારા, આવા ‘હાલતા-ચાલતા’ દેવતાઓ પર વિશ્વાસ મૂકવાથી જીવન કોઈ પણ ચિંતા વગર વિતાવી શકાય છે. અજ્ઞાનથી મોટો કોઈ આનંદ નથી ને!

નાનકડો દીવડો આખા ઓરડાને અજવાળે છે

શું એક મનુષ્ય આખા દેશનું કલ્યાણ કરી શકે છે? એ જો આદર્શોનું પાલન કરશે તો શું થશે? લાંચ-રુશ્વત દિવસે-દિવસે વધે છે. અન્યાય આજે સામાજિક ધર્મ બની ગયો છે. આ પરિસ્થિતિમાં એકલો માણસ શું કરી શકશે? આમ જ આપણે નિરાશ થઈએ છીએ. જે સચ્ચાઈનો માર્ગ અપનાવે છે તેની પણ મશ્કરી કરીએ છીએ.

પણ જો એક જવાબદાર અધિકારી, નિર્ભય થઈને સચ્ચાઈનું પાલન કરે છે તો મોટા-મોટા નેતાઓ પણ તેનાથી ડરે છે. આપણે જોઈએ છીએ કે આવું થાય છે. એક માણસ પણ દેશને સુધારી શકે છે. કોઈ સાથ ન આપે તોય ચિંતાનું કારણ નથી. આ દેશમાં સુધારો લાવવા એક નેતા જ પૂરતો છે.

બધાં માટે એક જ માણસ ઊભો રહે, તો જોવાનું એ છે કે બધાં તેની સાથે રહેશે. દેશની પ્રજા તેની સહાયતા કરશે. જયજયકાર કરશે. કવચ બનીને તેનું રક્ષણ કરશે. જો આપણે સારા હોઈએ તો ચારે બાજુ સમાજને, દેશને અને દુનિયાને બદલી શકીશું. આમાં કોઈ શંકા નથી. સાચા હોવાના કારણે ગભરાવાની કોઈ જરૂર નથી.

એક અહિંસાવાદી ઊભો થઈ ગયો, તો સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત થઈ. એક નેતાએ વિશ્વયુદ્ધ છેડ્યું. ભલાઈ કે બૂરાઈ કરવા માટે એક જ વ્યક્તિ પૂરતી છે.

ડબ્બા તો કેટલાય હોય છે, પણ એન્જિન વગર ડબ્બા ક્યારેય ચાલી શકે છે? લોકોની સંખ્યા વધારે હોય તો તેમનું માર્ગદર્શન કરવા જ્યાં સુધી કોઈ નેતા ન હોય, ત્યાં સુધી કંઈ કરી શકતા નથી. મૅનેજમૅન્ટ બદલાય તો બેસી ગયેલી સંસ્થા પણ ઊભી થઈ શકે છે અને વિજય મેળવી શકે છે. એટલે જ દરેક વ્યક્તિ શક્તિશાળી છે, પણ બધાંને માર્ગદર્શન આપવા એક વ્યક્તિ જરૂરી છે. નાવ માટે હલેસાની જેમ જ સમાજ માટે સ્વાર્થહીન વ્યક્તિની જરૂર છે.

ભલાઈનાં બી રોપવાં એ જ આપણું કામ છે

બધાંનું મન શરૂઆતમાં સ્વચ્છ હોય છે. સ્વાભાવિક રીતે જ અમુક લોકો સારા મન સાથે અને અમુક લોકો ખરાબ મન સાથે જન્મ નથી લેતા. આપણે, ધીરે-ધીરે આપણા મનને દૂષિત બનાવીએ છીએ. આ કામમાં આપણી બધી જ શક્તિ લગાડીએ છીએ. એ જાણવા છતાં કે આપણે ખરાબ બનીએ છીએ.

“આ સલાહ મેં મારા જીવનમાંથી મેળવી છે. આ સમાજે જ મારી આ હાલત કરી છે.” પછી આપણે આવા તર્કનો સહારો લઈએ છીએ.

દરેક વ્યક્તિમાં ભલાઈ અને બૂરાઈ બંને હોય છે. જો આપણે બીજાનું ભલું કરીએ તો આપણું પણ ભલું જ થાય છે. જો બૂરું કરીશું તો આપણું પણ બૂરું થશે. સમય વીતે છે પણ ન્યાય બધાંને મળે છે. અન્યાયનો અંત થાય છે.

મહેનત કરીને કામ પૂરું કરો પછી ફળની અપેક્ષા હોય એ સ્વાભાવિક છે, પરંતુ ક્યારેક આપણે જે ફળની અપેક્ષા રાખીએ છીએ એ નથી મળતું. તેનો અર્થ એ નથી જ કે આપણે કામ કરવાનું છોડી દઈએ. કામ તો કરવું જ જોઈએ.

જ્યારે સમય આવશે ત્યારે ફળ જરૂર મળશે. એમાં કોઈ શંકા નથી. જ્યારે આપણે બીજાને મદદ કરવાની પરિસ્થિતિમાં હોઈએ, તો જ્યાં સુધી થઈ શકે ત્યાં સુધી મદદ કરવી જોઈએ. એમ ન વિચારવું જોઈએ કે જેને મદદ કરીએ છીએ, તે આપણા પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા બતાવશે કે નહીં. કૃતજ્ઞ રહેશે તો લાભ મેળવશે, નહીં તો તેને નુકસાન થશે. કોઈને મદદ કરવાનું જો આપણામાં સામર્થ્ય હોય તો આપણે ખુશ થવું જોઈએ. મદદ કરીને પોતાની જાતને મહાન ન સમજવી જોઈએ. આપણે જે પણ વિચારીએ, ભલું કરીએ તો ભલું થશે.

આજે દસ લોકોના કામમાં આવવું એ આપણી મૂડી છે, તો ભવિષ્યમાં સારાં ફળ મળશે. આપણી ભલાઈ માટે જ બીજાને મદદ કરવી જોઈએ.

ધીરજનાં ફળ મીઠાં

રોજ કરવાનાં કામ આપણે નિયમિત એક ક્રમથી કરીએ છીએ. ચોક્કસ સમયે સવારમાં ઊઠીએ છીએ અને ચોક્કસ સમયે રાત્રે સૂઈ જઈએ છીએ. આ ઊઠવા અને સૂવાના સમયની વચ્ચેનો સમય આપણે નિયમ મુજબ કામ કરીને વિતાવીએ છીએ. કોઈ કામ કરવાનું હોય, ખાવાનું હોય, એ બધાંનો સમય નિશ્ચિત હોય છે. એનો મતલબ એ છે કે આપણે અજાણતાં જ આપણા જીવનને એક વર્તુળમાં બાંધી રાખીએ છીએ. જો કોઈ વાર કોઈ અવરોધ ઊભો થાય છે તો આપણે હેરાન થઈ જઈએ છીએ. આ બધું જ આપણી વિચારવાની રીત પર આધાર રાખે છે. આપણા અભિપ્રાય, પસંદ-નાપસંદ બધું આ પ્રકારે રૂપ લે છે.

સાંજે પાંચ વાગે આપણે કોઈને મળવાનો કાર્યક્રમ હોય છે, પણ આપણે સવારથી જ પરેશાન રહીએ છીએ. અથવા જો કોઈ સજ્જન એમ કહે કે, સવારના નવ વાગે તે આપણા ઘેર આવવાના છે, તો આપણે ખુશ થઈએ છીએ. આગંતુક પોતાના કામથી આવવાના છે. આપણી સાથે વાત કરવા આવવાના છે, પરંતુ આ જાણતા હોવા છતાં આપણને 'ટૅન્શન' થતું હોય છે.

સાચું પૂછો તો જરૂર આગંતુકને છે, આપણને નથી છતાં પણ તેના એક દિવસ અગાઉથી જ આપણે પરેશાન થઈએ છીએ. રાત્રે મનમાં જુદી-જુદી શંકાઓ જાગે છે. 'સવારે ઊઠી શકીશું કે નહીં?' તે ચિંતામાં રાતભર સૂઈ શકતા નથી. એ નથી વિચારતાં કે સવારના નવ વાગ્યા સુધી આપણે ક્યારેય સૂઈ નથી રહેતાં. જલદી ઊઠવાની ચિંતા સતાવે છે. એનો અર્થ એ છે કે જો આપણે કોઈ નિશ્ચિત સમયે કામ કરવાનું હોય, ભલે તે કામ બીજાએ આપેલું હોય કે સ્વયં આપણે જ નક્કી કરેલું હોય, આપણા મન પર એ ભાર રહ્યા જ કરે છે. આનાથી છૂટવાનું છે.

પોતાના સમયે દરેક કામ બરાબર પૂરું થવાનું જ છે. સારાં ફળ જ મળશે. અગાઉથી ગભરાઈ જવાની આદત છોડવી પડશે.

પોતાને સમકક્ષ લોકોને પસંદ કરીએ

આપણે મુશ્કેલીઓમાં દુ:ખી થઈને આપણા જે હિતેચ્છુ છે, તેમને મનની વાત કહીએ છીએ, પણ તે ચંચુપાત કરી, સવાલો પૂછીને આપણને જ ખોટું કહેવા તૈયાર થઈ જાય છે. આવું કરીને તે પોતાની જાતનું મહત્ત્વ છે, તેમ દર્શાવે છે. આવા સંકુચિત માણસોને પોતાનાથી દૂર રાખવા જોઈએ. તેમને આપણા સમજવા એ આપણી ભૂલ છે.

મુશ્કેલીના સમયમાં નીચ વ્યક્તિના સંસર્ગમાં જવાની કોશિશ કરીશું તો તે પોતાને મહાન સમજીને આપણને નકામા સમજશે. પરંતુ આપણી સમસ્યાનું સમાધાન નહીં કરે. તેના અહંકારના પ્રદર્શનને જોવું પડશે પરંતુ આપણને દુ:ખ દૂર કરવાના ઉપાય જોવા નહીં મળે.

મુશ્કેલીમાં મુકાયેલા માણસની મદદ કરવી એ જ આપણું કર્તવ્ય હોવું જોઈએ. જ્યારે કોઈ બીમાર વ્યક્તિ ડૉક્ટર પાસે જાય છે, તો ડૉક્ટરે તેની બીમારી જાણીને તે પ્રમાણે દવા આપવી જોઈએ. સારા ડૉક્ટરનું આ જ કામ છે. આમ નહીં કરીને "તમારી ખોટી આદતો અને રહેણીકરણીને કારણે તમે બીમાર પડ્યા છો" એવી ટીકા કરવાનું કામ ડૉક્ટરનું નથી. બીમારીનો ઇલાજ થઈ જાય ત્યારે આ પ્રકારની સલાહ આપવી ઉચિત છે. તેને સારી ટેવો અને જીવનશૈલી વિશે સમજાવીને ઘેર મોકલવો જોઈએ, કારણ કે તે પોતાની ભૂલ સ્વયં સમજી જાય. જે પહેલાંથી દુ:ખી છે, એવી વ્યક્તિને ગમે તે સંભળાવીને વધારે દુ:ખી કરવી એ ક્રૂરતા છે.

જ્યારે આપણે સમસ્યાઓથી ઘેરાયેલા હોઈએ છીએ, ત્યારે બરાબર વિચારી શકતા નથી. સમસ્યાને તેના સાચા રૂપમાં જોઈ શકતા નથી. નાનકડી વાત પણ મોટી લાગે છે અને આપણે ગભરાઈ જઈએ છીએ.

આવી હાલતમાં આપણને બીજાની સહાનુભૂતિ અને સલાહની આવશ્યકતા હોય છે. સહાનુભૂતિથી ભલે સમસ્યાનું સમાધાન ન થાય, પરંતુ આપણાં મનને સાંત્વન મળે છે. ફળ સ્વરૂપે દુ:ખની તીવ્રતા ઓછી લાગે છે. જ્યારે મન શાંત હોય ત્યારે ગમે તેવી જટિલ સમસ્યા પણ ચપટીમાં ઉકેલાઈ જાય છે.

પોતાના વ્યક્તિત્વનો પરિચય આપો

દુનિયામાં નામ કમાવાના અનેક રસ્તા છે. અમુક લોકો પોતાના વંશના નામથી જ પ્રખ્યાત થઈ જાય છે. અમુક લોકો પોતાના નામથી ઓળખાય છે. અમુક લોકો નામ અને વંશનાં નામ બંનેથી જાણીતા બની જાય છે. અમુક લોકોનાં નામ, કોઈ ધંધો, સંસ્થા કે તેમના હોદ્દાથી જોડાયેલાં હોય છે. આ બધું છોડીને, પોતાનાં નામથી જ ઓળખાવાનો પ્રયત્ન વ્યર્થ છે. તેનાથી બીજા મૂંઝવણમાં મુકાય છે.

દા.ત., જ્યારે આપણે ઘેર નથી ત્યારે કોઈ ‘શાહ” નામનો માણસ આપણને મળવા આવે છે તેને આપણે મળી શકતા નથી. ત્યાર બાદ આપણે મૂંઝવણમાં મુકાઈ જઈએ છીએ, કારણ કે આ ‘શાહ’ નામની એકથી વધુ વ્યક્તિને આપણે જાણીએ છીએ. તેમાંથી આ કોણ હશે? એ વિચારમાં માથું પકડીએ છીએ. જો આપણે ફોન કરવા ઇચ્છીએ અથવા તેને મળવા ઇચ્છીએ તો પણ પહેલાં એ જાણવું પડે કે આ ‘શાહ’, કયો ‘શાહ’ છે?

બીજું કોઈ ફોન કરીને, “હું વેંકટ બોલી રહ્યો છું” તેમ કહે છે. ખબર નહીં આ કોણ વેંકટ છે. આપણા મિત્રોમાં ઘણા વેંકટ છે. “આપ કયા વેંકટ છો?” એમ પૂછતાં તેને ગુસ્સો આવી જાય છે. “હાજી, તમે અમને કેવી રીતે ઓળખ્યા? તમે તો બહુ મોટા માણસ બની ગયા ને, અમને કેવી રીતે યાદ રાખો?” આ પ્રકારની વાતો શરૂ થઈ જાય છે. “બોલો તો હું કોણ છું?” આવા પ્રકારની પ્રશ્નોત્તરી કરીને વિટંબણામાં મૂકનારા પણ અમુક લોકો હોય છે. પોતાના વિશે પૂરી જાણકારી આપવામાં તેમને શું વાંધો હોય છે?

આવી નાની નાની ભૂલોને સુધારવી પડશે. બીજાને આપણા માટે સ્પષ્ટ કરવા જોઈએ. આપણો સ્વભાવ અને આપણું વ્યક્તિત્વ દર્પણ જેવું સ્પષ્ટ દેખાવું જોઈએ.

ભલાઈ કરનાર માટે આખો સંસાર ઘર છે

આપણી પાસે મોં છે, પણ આપણને વાત કરતાં આવડતી નથી. ક્યાં તો બહુ જ બોલીએ છીએ, નહીં તો ચૂપચાપ બેસી રહીએ છીએ. કોઈ મહાન વ્યક્તિ એવી પણ હોય છે, જે જુદી હોય છે. જે ખુલ્લા મને વાત કરે છે. મનની વાત જણાવે છે. તોલી-તોલીને નથી બોલતા. મનના જે વિચારો છે, તેને ખૂબ ભલાઈપૂર્વક પ્રગટ કરે છે. તેમનું વ્યક્તિત્વ જ ઉન્નત હોય છે. એક સજ્જન કે જેમની સાથે મારો પરિચય છે તેમના વિશે જણાવું. તે દરેક વ્યક્તિનાં ખબરઅંતર પૂછે છે. જો આપણે તે સમયે બીજા કોઈ સાથે વાત કરવામાં વ્યસ્ત હોઈએ તો તેઓ રાહ જુએ છે. જ્યારે આપણી વાત પૂરી થાય છે ત્યારે ખૂબ પ્રેમથી આપણી સાથે વાત કરે છે.

જે લોકોને આપણું જરૂરી કામ છે, તેઓ આપણી રાહ જોઈને બેસી રહે તે સ્વાભાવિક છે. પોતાની રામકહાણી કહેતાં કહેતાં જ્યાં સુધી તેમનું કામ ન થાય ત્યાં સુધી આપણો પીછો નથી છોડતા. પરંતુ કેટલાક લોકો એવા પણ હોય છે, જેમને કોઈ સ્વાર્થ નથી હોતો. તેમને આપણી પાસે કોઈ અપેક્ષા નથી હોતી. આપણી પાસે કોઈ માંગણી નથી હોતી. સહૃદયતાથી વાત કરવાની મહેક તેમના મોંમાંથી નીકળે છે. આ કેટલો મહાન ગુણ છે!

વાત-વાતમાં અકળાતા અને પહેલા સ્વયં વાત કરતાં, ગભરાતા, ગંભીર ભલે લાગે, પણ આપણને પારકા લાગે છે. આપણી પાસે આવી, આપણી સ્થિતિ જાણીને ખુશ થનારાના મોંઢામાં તેમનું દિલ હોય છે.

મોં તો સારી વાતો કરવા માટે છે. આપણને કાન સારી વાતો સાંભળવા માટે મળ્યા છે. આંખો એટલે મળી છે કે આપણે દરેક જગ્યાએ સારું જ જોઈએ. જો આપણે બીજાનું ભલું કરવાની ચિંતા કરીશું તો ભગવાન આપણું ભલું જ કરશે. બીજાને આપણે રાઈ જેટલી સહાયતા કરીશું તો આપણને વગર માંગે જ પહાડ જેટલી સહાયતા મળી જશે.

આત્મવિશ્વાસુ બનીએ

કોઈ કામ શરૂ કરતાં પહેલાં આપણે અકળાઈ ઊઠીએ છીએ કે આપણે બરાબર રીતે કામ કરી શકીશું કે નહીં, પૂરું થઈ શકશે કે નહીં, તે વિચારીને જ પરેશાન થઈએ છીએ. જે દિવસે આપણે બરાબર વિચારીને યોજના બનાવીએ છીએ, એ જ દિવસે સમજી લો કે અડધું કામ પૂરું થઈ ગયું, પણ આપણે એવું નથી કરતા, કારણ કે આપણે ગભરાઈએ છીએ.

આપણી અંદર એ લઘુતાગ્રંથિ હોય છે કે આપણે સમર્થ નથી. આ જ કારણથી ઊંચા વિચાર કરતા નથી. મોટાં મોટાં કામ નથી કરી શકતા, પરંતુ આપણે બીજાથી ઓછા હોશિયાર નથી. મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવો પડે તો એ માટે જરૂરી સામર્થ્ય આપણામાં છે.

પરંતુ ફાયદો શું છે? આપણામાં જે ડર પેસી ગયો છે, તે જ આપણને કોઈ કામ કરતા રોકે છે. આ જ ડરના કારણે આપણી પ્રતિભા અને આપણું સામર્થ્ય નષ્ટ થઈ જાય છે. વળી, આપણે એમ કહીએ છીએ કે, અમારી કોઈ મોટી આકાંક્ષા નથી અને સંતોષ પ્રગટ કરીએ છીએ. આ બધી કહેવાની વાતો છે. આપણા મનમાં પણ ઇચ્છા જાગે છે કે આપણે કંઈક કરવું છે, કંઈક બનવું છે. આમાં કંઈ ખોટું નથી.

અંધ હોય, તેને આખી દુનિયા અંધકારથી ભરેલી લાગે છે. જીવન દુઃખમય બની જાય છે, પરંતુ આંખો હોય તેને કદાચ “આપણે અંધ થઈ જઈશું” તેવો ડર સતાવે છે, જે ભયંકર છે. આ વાત અંધાપાથી પણ વધુ ભયંકર છે. દુઃખદ છે. આવા વ્યર્થ વિચારોનો કે ડરનો કોઈ અર્થ નથી. વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિ પણ નથી હોતી તે આપણે જાણીએ છીએ, છતાં પણ ડરની બંધ મુઠ્ઠીમાં બંદી બનતા જઈએ છીએ. આપણે દુઃખને સ્વયં આવકારીએ છીએ.

ધીરજવાન એક જ વાર મરે છે પણ ડરપોક વારંવાર મરે છે. આત્મવિશ્વાસથી કંઈ પણ હાંસલ કરી શકાય છે. સાહસિક હોઈએ તો બધું જ મેળવી શકીએ છીએ. સાહસના કારણે ક્યારેય ખરાબ ફળ નથી મળતું.

આ તો વિચારોની દુનિયા છે

આપણને અમુક લોકો ગમે છે. તેમનામાંથી એક-બે તો ખૂબ સારા લાગે છે. તેમાંથી પણ કોઈ એક ખાસ વ્યક્તિ આપણને બધાથી સારી લાગે છે. એ વ્યક્તિમાં કોઈ ખાસ ગુણ કે રૂપ-રંગ હોય છે, જે આપણને એટલી ગમે છે કે આપણે તે વ્યક્તિની પૂજા કરવા લાગીએ છીએ. આ કોઈ ખોટી વાત નથી.

કોઈના પ્રત્યે પ્રેમ હોય તો આ વ્યક્તિ-સ્વાતંત્ર્ય છે. તેના પર કોઈ પ્રતિબંધ ન લાદી શકાય, પરંતુ આપણો આ પ્રેમ ક્યારેક આપણને અંધ બનાવી દે છે. આપણે ઇચ્છીએ છીએ કે આપણે જેને પ્રેમ કરીએ છીએ, જેની પૂજા કરીએ છીએ, તેને બીજા લોકો પણ આદર આપે, વિશેષ વ્યક્તિ સમજે.

આપણો એ પ્રયત્ન હોય છે કે દરેક જણ એ મનુષ્યની આરાધના કરે. એટલે જ મોકો મળે કે તરત જ આપણે એ વ્યક્તિના ગુણગાન ગાવાનાં શરૂ કરી દઈએ છીએ. વખાણનાં ફૂલ વરસાવીએ છીએ. સાંભળનાર હેરાન થઈ જાય, એટલું બોલીએ છીએ. ક્યારેક તો વિવેક ગુમાવીને બોલીએ છીએ કે, “જો તમે આ વ્યક્તિની મહાનતાને નથી જાણતા, તો તમારામાં જ કોઈ ખોટ છે.” આ પ્રકારની વાત કરીએ છીએ, પરંતુ તમારા આ પ્રકારના વર્તનથી સાંભળનાર ગુસ્સે થઈ ચિડાય છે. જે વ્યક્તિને આપણે પસંદ કરીએ છીએ તે વ્યક્તિ ગુણવાન હોઈ શકે, છતાં પણ આ અતિશયોક્તિને કારણે સાંભળનારા તે ગુણવાન વ્યક્તિ પ્રત્યે અનાસક્ત થઈ જાય છે.

આપણા આવા પ્રયત્નોના કારણે ઊંધી અસર થાય છે. પરોક્ષ રૂપે આપણે આપણી આરાધ્ય વ્યક્તિને હાનિ પહોંચાડીએ છીએ. આવા હદ બહારના વ્યવહાર-વર્તન ક્યારેક ભગવાનની ભક્તિના રૂપમાં પણ પ્રગટ થાય છે.

પ્રેમ કે પૂજાના નામ પર ગુણવાન વ્યક્તિ માટે બીજાઓને દુશ્મનીનો ભાવ પેદા કરાવીએ છીએ. પ્રેમ અને ભક્તિ વ્યક્તિગત વાત છે. તેને બીજા પર લાદવાનો પ્રયાસ કરીશું તો ભલાઈને બદલે બૂરાઈ જ થશે.

અજવાળું કે અંધારું આપણી અંદર જ છે

આપણી ચાલ બિલકુલ બરાબર છે. આપણું વર્તન અને વ્યવહાર બરાબર છે. આપણે બરાબર કામ કરીએ છીએ. આ પ્રકારના દૃઢ વિશ્વાસથી આપણે જીતીએ છીએ. ક્યારેક કોઈ આપણી ચાલ-ચલગતની ભૂલ કાઢે તો આપણે કાબૂ ગુમાવીએ છીએ. “શું તમે એટલા બુદ્ધિમાન છો કે મારી ભૂલ કાઢી શકો?” તેમ કહીને તેની ઉપર તૂટી પડીએ છીએ. આ પ્રકારે ટીકા કરનાર પર ક્રોધ કરવો એ ખોટી વાત છે, એ આપણે સમજતા નથી.

આપણાં કામ એવાં હોવાં જોઈએ કે બીજા તેને સંમતિ આપે! આ માટે હંમેશાં પોતાની સમીક્ષા કરતાં રહેવું જોઈએ. ભૂલોને સુધારતા રહેવું જોઈએ. પરંતુ આપણને પોતાની જાત માટે ખૂબ પ્રેમ છે એટલે જ આપણા પોતાના દોષ નજરે નથી ચડતા. ક્યારેક આ જાણતા હોવા છતાં પણ આપણે સાચા રસ્તે નથી ચાલતા. આપણા મનને સમજાવી લઈએ છીએ.

“બીજા લોકો જે કરે છે તે ખોટું છે. હું જે પણ કરી રહ્યો છું તે બરાબર જ હોય.” આ પ્રકારે વિચારવાથી નુકસાન તો આપણું જ થાય છે. આપણે પોતાના માટે સ્વયં કંઈ ન કહેવું જોઈએ. આપણે કેવા છીએ, એ જણાવવાનું કામ દુનિયાનું છે. આવી વિનમ્રતાની વાત તો દૂર, પણ કોઈના કહેવાથી પણ ન માનવાની જીદ પકડી લઈએ છીએ.

આમ, આપણો રસ્તો કાંટાળો બને છે અને જિંદગી દુઃખદ બને છે.

આપણે ખુલ્લા મને કામ લેવું જોઈએ. કહેનારા ભલે આપણાથી મોટા હોય કે નાના, જ્યારે કોઈ આપણી ખામીઓ તરફ ઇશારો કરે, તો તેને સુધારી લેવી જોઈએ. બીજાઓની કેટલીક વાતો સાંભળીને પણ શીખવી જોઈએ. બધું જ અનુભવથી શીખવા માટે એક જિંદગી પૂરતી નથી. સમાજને દર્પણ માનીને તેમાં આપણું પ્રતિબિંબ જોવું જોઈએ. કદાચ દર્પણમાં પોતાને અતિસુંદર લાગીએ, છતાં પણ ત્રુટિબોને ઝીણી નજરથી જોઈને તેને સુધારવી જરૂરી છે. આ સમાજ આપણી ભૂલો દર્શાવતું એક થર્મોમીટર છે.

ધીરજની નાવમાં બેસીને કિનારે પહોંચાય

આપણે જેવું કરીએ તેવું ભરીએ છીએ. સારું કામ કરવાથી ફળ સારાં મળે છે, પણ જો વિશ્વાસ હશે તો આપણે કંઈ પણ કરવા માટે આગળ વધીએ છીએ.

જ્યારે અનુકૂળ ફળ મળે છે, તો આપણે એમ માનીને આગળ વધીએ છીએ કે આ આપણું સામર્થ્ય જ છે. જ્યાં સુધી આવી સ્થિતિ રહેશે, આપણને કોઈ મુશ્કેલી નહીં નડે. પરંતુ ક્યારેક કોઈ અનિચ્છિત સમસ્યાઓ સામે આવી જાય, તો આપણે ગભરાઈ જઈએ છીએ.

“બાપ રે! આ સમસ્યાઓનો સામનો કેવી રીતે કરું? આ કેવી રીતે ઉકેલું?” આ જ રીતે મુશ્કેલીઓથી ગભરાઈને કોઈની મદદ માંગવા લાગીએ છીએ. સલાહ લઈએ છીએ.

બસ, આટલું તો કરીએ છીએ, પરંતુ આ સલાહો માનતા નથી. આ રીતે લોકો પાસે જવું, સલાહ માંગવી અને તેમના અનુસાર કામ ન કરવું એ મુશ્કેલી વધારે છે.

પરંતુ બીજાની સમસ્યાઓને આપણે ઘણી સહેલાઈથી જોઈ શકીએ છીએ. આવું કેમ? કારણ કે તેમની સમસ્યાઓ વિશે આપણે કંઈ નથી જાણતા. તેમના વિશે કોઈ ચોક્કસ અભિપ્રાય પણ નથી આપતા. આપણે ફક્ત સમસ્યાને જોઈએ છીએ, એટલે જ એ સ્પષ્ટરૂપે સમજમાં આવે છે. જ્યારે વાત આપણી પાસે આવે છે ત્યારે જ સમસ્યા ઉદ્ભવે છે. ઘણી બધી વાર કામને ચાલુ રાખવું એ સારું છે, પરંતુ સ્થિતિ અનુસાર ક્યારેક હાથ પર હાથ રાખીને બેસી રહેવાથી પણ સારાં પરિણામ મળે છે.

સમસ્યાઓનાં સમાધાન શોધવાની મથામણ કરવા કરતાં, એ બાબતે વિચારવું જ બંધ કરી દેવું જોઈએ. આનાથી મનને આરામ મળે છે.

જ્યારે વિચારવાનું બંધ થઈ જાય છે, તો કોઈ બંધન નથી હોતું. આવા સંબંધોના કારણે જ સમસ્યાઓ ઉદ્ભવે છે. આ વાત આપણે ભૂલવી ન જોઈએ.

અને એટલે જ મારી નજરથી નિહાળો

આપણે માનીએ છીએ કે આપણે ખૂબ સારા છીએ. આપણે એ વાત વિશ્વાસથી કહીએ છીએ કે આપણાથી બીજું કોઈ સારું છે જ નહીં. પરંતુ દરેક મનુષ્યમાં ભલાઈ અને બૂરાઈ હોય છે. એ જુદી વાત છે કે દરેક વ્યક્તિ પોતાનામાં જ ભલાઈ જુએ છે. બૂરાઈ દેખાતી જ નથી. દર્પણમાં બધાંને પોતાનું રૂપ સુંદર લાગે છે.

આપણું ભલું ઇચ્છતાં કોઈ શુંભચિંતક આપણા ગુણોનું વિશ્લેષણ કરીને, “જો તમારા વિચારો સારા છે, પણ કેટલીક વાતો ખરાબ પણ છે. તમે તમારામાંની ખરાબ વાતો કાઢી નાંખો, તો તમે પૂર્ણ રીતે સારા વ્યક્તિત્વવાળા બની શકશો.” એવું કહે તો આપણી સારી વાતોનો ઉલ્લેખ સાંભળીને આપણી છાતી ફુલાઈ જાય છે, પરંતુ જો ખરાબીઓની બાબતે વાત કરે, તો આપણને સારું નથી લાગતું અને આપણે તે સ્વીકારતા પણ નથી. આપણે સમજીએ છીએ કે કહેનારા આપણને ખોટા સમજી રહ્યા છે. આપણે તરત જ તેમની સાથે દલીલ કરવા માંડીએ છીએ. “હું બરાબર જ છું. તમારા કહેવા પ્રમાણે વર્તન કરીશ તો મારું નુકસાન થશે.” આવું કહેતાં પણ ખચકાતા નથી.

આપણે જાણીએ છીએ કે તે સાચું કહે છે. તેની વાત આપણે માનવી જોઈએ. આપણે પોતાની ભૂલો સુધારવા હંમેશાં ઉત્સુક હોઈએ છીએ, પરંતુ આ વાતો આપણને ક્ષતિયુક્ત નથી લાગતી. આપણા વર્તનમાં જરા પણ ખામી દેખાતી નથી. એક રીતે જોઈએ તો આપણું કહેવું ખોટું નથી.

કારણ કે આ દુનિયા દરેક મનુષ્યને પોત-પોતાની સમજ પ્રમાણે દેખાય છે. ચીજ તો એ જ છે, પરંતુ જોવાની દૃષ્ટિ પ્રમાણે દરેકને અલગ-અલગ દેખાય છે. કોઈ પણ જાણી જોઈને અલગ દૃષ્ટિથી નથી જોતા. તેમની દુનિયા તેમની પોતાની સમજની સીમાની અંદર જ હોય છે. આ દુનિયામાં એવો કોઈ મનુષ્ય નહીં હોય જે એમ સ્વીકારે કે, “હું ખરાબ છું.”

તું અને તે એક જ છે

માણસ-માણસ વચ્ચે દેખાવમાં ઘણો ફરક હોય છે, પરંતુ સ્વભાવ અને માનસિકતામાં તો વધારે ભિન્નતા હોય છે, પરંતુ સાથે રહીને જીવન વિતાવવા માટે આ ભેદ અવરોધરૂપ નથી બનતા. આપણે આ સમાજમાં સારી રીતે બધાંનીં સાથે હળી-મળીને રહીએ છીએ. સમસ્યા ત્યારે ઉદ્ભવે છે જ્યારે પોતાની ઇચ્છાને આપણે મનની અંદર છુપાવીને રાખીએ છીએ. આ હેરાનગતિ ઊભી કરે છે.

‘કમ્યુનિકેશન ગેપ’ના કારણે ઘણી ગેરસમજો ઊભી થાય છે અને નુકસાની પણ ભોગવવી પડે છે. મિત્રો શત્રુ બની જાય છે. જ્યારે આપણને જાણ થાય છે કે ફલાણાએ આપણા માટે કંઈક ખરાબ કહ્યું છે, તો જો કહેનાર આપણો મિત્ર કે હિતેચ્છુ હોય, તો તેને મળીને વગર સંકોચે વાત કરવી જોઈએ. ત્યારે જ વાત સ્પષ્ટ થઈ જાય છે. ગેરસમજો દૂર થઈ જાય છે. જો કોઈ અજાણી વ્યક્તિ આપણી વિરુદ્ધમાં કંઈ કહે તો આપણે વ્યક્તિની કે તેની વાતની ચિંતા કરવી ન જોઈએ.

એક વાત જ્યારે ત્રીજી વ્યક્તિ સુધી પહોંચે છે, તો તેનું રૂપ સંપૂર્ણ રીતે બદલાઈ જાય છે. કયા સંદર્ભમાં કઈ વાતચીત દરમ્યાન તેણે તે વાત કહી છે તે ભૂલી જઈએ છીએ. તે વાતની સાથે જોડાયેલી આગળ-પાછળની વાતો આપણને ખબર નથી હોતી. તે એક વાતને અલગ રીતે જોઈશું તો ચોક્કસ તે વાત ખોટી જ લાગશે.

ત્યારે આપણે તડપીએ છીએ. તે ગેરસમજને સ્વયં ખાતર-પાણી આપીને મોટી કરીએ છીએ. માની લો કે કોઈએ આપણા વિશે ખોટી વાત કહી, પણ તે પહેલાં શું તેને આપણે બરાબર ઓળખતા ન હતા? તો કેવી રીતે ભરોસો કરી લઈએ? તેના સારા ભૂતકાળને કે તેના સારા ગુણ, બધાંને તરછોડીએ છીએ. આવું ન કરવું જોઈએ.

બીજાને ખોટા સમજવાની તંગદિલીમાંથી આપણે બહાર નીકળવું પડશે.

બહાનાં ન બનાવીએ

આપણે ભલે ગમે તેટલી મોટી-મોટી વાતો કરીએ, નિયમો પ્રમાણે જીવવાનો પ્રયત્ન કરીએ. આપણે તો આ ભૌતિક દુનિયામાં જ જીવી રહ્યા છીએ, એટલે લૌકિક વાતો અને રોજ-બરોજની જરૂરતોને અવગણીને, ઠુકરાવીને આપણે કંઈ પણ હાંસલ નહીં કરી શકીએ.

સ્વાભિમાનના નામ પર આપણે અહંકારને જ પ્રદર્શિત કરીએ છીએ. કોઈ આપણને નાની-અમથી વાત કહે, તો પણ આપણે લાલ-પીળા થઈ જઈએ છીએ. તરત જ ઊકળી ઊઠીએ છીએ કે, “હું અપમાન સહન નથી કરતો, પોતાના વ્યક્તિત્વને બદલી નથી શકતો.” આ પ્રકારનું વર્તન આપણાં બાળકોને તકલીફમાં મૂકી દે છે.

આ અભિમાનથી કોને આનંદ મળે છે? કોને ખુશ કરીએ છીએ? કોઈ પણ કામ કરતાં પહેલાં જરા વિચારવું જોઈએ. ખાસ, તો બાળકોના કુશળ-મંગળનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. પોતાની જાતને એ સવાલ કરવો જોઈએ કે, “મારા આ કરતૂતોના કારણે ક્યાંક તેમને નુકસાન તો નહીં પહોંચે ને?”

જો આ સવાલનો સાચો જવાબ આપણી પાસે હોય તો જ કોઈ વાતનો નિર્ણય લેવો જોઈએ. આ છોડીને “મારા અભિમાનને ઠેસ પહોંચી છે!” કહીને કાબૂ બહાર થઈ જઈશું તો આપણે લોકોની સહાનુભૂતિના પાત્ર બની જઈશું. આ પ્રકારે ખોટા અભિમાનને પોષીશું તો દરેક કામમાં તે આપણને રોકવા માંડશે.

તાત્કાલિક ભાવુક બનીને, જલદી નિર્ણય લઈને શાશ્વત રૂપે અનર્થનું આહવાન ન કરવું જોઈએ. જે ખરેખર સ્વાભિમાની છે, તે ક્ષમા અને ધૈર્ય જેવા ગુણોથી ભરેલું હોય છે. તે યર્થાર્થમાં જીવે છે. જે વ્યક્તિ ભૂલ નથી કરતી, તે સ્વાભિમાન વિશે વિચારતી જ નથી. જેનામાં કોઈ દોષ હોતો નથી, તે લોકોની નિંદા સાંભળીને માથું ઊંચું રાખીને ચાલે છે. એકને છોડીને બીજાના આશ્રયમાં જવું એ શું સ્વાભિમાન કહેવાશે? કોઈ રસ્તો ન મળે તો બીજા રસ્તે આગળ વધવું જોઈએ. આપણા ધ્યેયને બદલવો બરાબર નથી.

શ્રમ આપણો પોતાનો હોય

જ્યારે આપણે ખર્ચ નથી કરતા, તો તેને કરકસર કહીએ છીએ. કોઈ બીજું તેમ કરે તો તેને કંજૂસી કહીએ છીએ. પૈસાના વિષયમાં દરેક માણસનો સ્વભાવ અલગ હોય છે. કેટલાક લોકોને પૈસા ખર્ચવામાં એટલી તકલીફ પડે છે કે જાણે પ્રાણ નીકળી જતો હોય! કેટલાક પાણીની જેમ પૈસા વાપરે છે. કોમળ મન, દયાળુ સ્વભાવની સાથે દાન કરવાનો ગુણ જેનામાં હોય છે, તેવો માણસ જો આપણને મળી જાય તો વિચારીએ છીએ કે આપણી પાંચેય આંગળીઓ 'ઘી'માં છે.

કારણ કે તેની સંપત્તિ પર તેનો જે અધિકાર છે, તે આપણે લઈ લઈએ છીએ. મીઠી-મીઠી વાતો કરીને, ભાવુકતા દર્શાવીને તેના બધા પૈસા પડાવી લઈએ છીએ. ભૂલથી પણ જો તે આપણી જરૂર પૂરી કરવા માટે, પૂરતા પૈસા નથી આપતો, તો આપણે ખૂબ મૂંઝાઈ જઈએ છીએ.

તેને ખરું-ખોટું (ગમે તેવું) સંભળાવીએ છીએ. જાણે આપણા બાપના પૈસા આપણે તેની પાસે રાખ્યા હોય! બધાને એમ કહીએ છીએ કે તે એકદમ નકામો છે અને પૈસા માટે પ્રાણ પણ આપી શકે છે. કહીએ છીએ. "પૈસાનો ખજાનો તેની પાસે છે, મારી મદદ કરશે તો મરી નહીં જાય. શું કરશે આટલા બધા પૈસાનું? કદાચ એમ સમજે છે કે પૈસા જ સર્વસ્વ છે."

આપણામાં એટલી પણ સમજ નથી હોતો કે તેના પૈસા પર આપણો હક નથી. જો તેની જગ્યાએ આપણે હોઈએ, તો કોઈ જેટલા પૈસા માંગે તેટલા આપી દઈશું? વિચારીએ કે આપણાથી ગરીબ પણ ઘણા હોય છે. શું આપણે આપણી શક્તિ પ્રમાણે તેમને મદદ કરીએ છીએ? ના. આપણે જે કરવાનું છે તે કરી શકીએ છીએ, તે તો આપણે નથી કરી રહ્યા, પરંતુ ઇચ્છીએ છીએ કે બીજાઓ આપણી આશાઓ અને ઇચ્છાઓ પૂરી કરે!

આપણે બીજાઓની મહેનત અને સંપત્તિને ભોગવવા જન્મ નથી લીધો. સુખ હોય કે દુઃખ, નફો હોય કે નુકસાન, આપણું જીવન તો આપણું જ છે. સ્વતંત્ર જીવનનો અર્થ આ જ છે.

સ્વયં સહાનુભૂતિ અનુભવો

આપણે ખૂબ ભાવુક બનીને બીજાના ભરોસે જીવવા લાગ્યા છીએ. તેનાથી આપણે નબળા પડી જઈએ છીએ. બીજા આ નબળાઈનો ફાયદો ઉઠાવે છે. આપણે નથી તો તેનું કોઈ ઠેકાણું નથી તેવું સમજવા માંડે છે. પોતાની ભૂલો આપણા માથે થોપે છે. આ તો ભાઈ મજૂરીથી પણ ગઈગુજરી જિંદગી છે. પાંસળી વગરનાં હાડકાના શરીર જેવી નબળી સ્થિતિ છે. બધું હોવા છતાં પણ આપણે બીજા પર નિર્ભર રહીએ છીએ. આ એક પ્રકારની પરાવલંબિતા છે.

વધારે પ્રમાણમાં પ્રેમ કરવો એ પણ આપણી ભૂલ છે. તે પ્રેમ અપરાધ બની જાય છે. પરિણામે, આપણે જેને પ્રેમ કરીએ છીએ તે જ આપણને દંડ દે છે. આ બધા ઝમેલામાં શું કામ પડવું? આ ઉભરાઈને આવતાં પ્રેમને આપણી પોતાની ઉપર વરસાવીશું તો ઘણા આરામ અને ચેનથી જિંદગી જીવી શકીશું.

શરીરમાં કોઈ નબળાઈ આવે તો આપણે ઇલાજ કરાવીએ છીએ. પૈસાની જરૂર ઊભી થાય તો ઉધાર આપનારા પાસે જઈએ છીએ. આ બધું બધાંના જીવનમાં ક્યારેક આવનારી પરિસ્થિતિ છે. આ બધાથી કોઈ ને કોઈ રીતે ચલાવી લઈએ છીએ. પરંતુ જ્યારે માનસિક રૂપે આપણે કોઈના પર નિર્ભર થઈ જઈએ, તો કોઈ આપણને સાથ નથી આપતું. આ સમસ્યાનો ઉકેલ ફક્ત આપણા જ હાથમાં હોય છે. જો આપણું મન નિર્મળ છે, તો કોઈની ચિંતા કરવાની જરૂરી નથી. પ્રેમ અને દુ:ખ બરાબરીના લોકો સાથે જ વહેંચી શકાય. પરસ્પર સારી સમજ હોય, બંને એકબીજા પર સમાન રીતે નિર્ભર હોય ત્યારે જ તે સાચો પ્રેમ કહેવાશે. તે જ ચિરંજીવી હશે. બંને નિરાંતનો શ્વાસ લઈ શકશે.

જો આવું ન થાય અને ‘વન વે ટ્રાફિક’ જેવી પરિસ્થિતિ હોય તો હાલ- બેહાલ થશે. હંમેશાં આપણે જ પ્રતીક્ષા કરતાં રહીશું, બીજામાં આ બેચેની ઊભી નહીં થાય, બીજી વ્યક્તિ આપણને જેટલો પ્રેમ કરે તેટલો જ પ્રેમ તેના પ્રત્યે આપણે દર્શાવવો જોઈએ. મર્યાદાને વટાવી દઈશું તો તે આપણને દૂર ફેંકી દેશે. જેના પ્રેમમાં આપણે તડપીએ છીએ એ જ જો આપણી ચિંતા ન કરે તો તેમને છોડી દેવા જોઈએ.

સારું જ બોલીએ

જ્યારે આપણે કોઈની સાથે વાત કરવાની હોય, તો આપણે ઘણી કાળજીથી શબ્દો પસંદ કરીને એ રીતે વાત કરીએ છીએ, કે સાંભળનારને ખરાબ ન લાગે. કોઈપણ એવો શબ્દ આપણી વાતોમાં નહીં આવે, જેના કારણે સાંભળનારને ખરાબ લાગે. કોઈપણ એવો શબ્દ આપણી વાતોમાં નહીં આવે, જેના કારણે સાંભળનારના મનને ઠેસ પહોંચે. આપણી વાતનો અર્થ સાંભળનાર જાણે છે, આપણે પણ જાણીએ છીએ અને ત્યાં આસપાસ કોઈ બીજી વ્યક્તિ હોય તો તેને પણ સમજાય છે, પરંતુ સભ્યતા માટે આપણે ઘણી સાવચેતીપૂર્વક પોતાની વાત કહીએ છીએ. આનાથી ન તો વિષય પર કે તે વાતના પરિણામ પર કોઈ અસર થાય છે.

તે જ વાતને ઉચ્છ્રંખલ રીતે કઠોર શબ્દોમાં કહી નાંખવાથી કોઈ ફાયદો થતો નથી, પરંતુ સાંભળનારના હ્રદયમાં દુ:ખ થાય છે. આપણી વાતો તેમના મનમાં કાંટાની જેમ ભોંકાય છે અને દુ:ખ પહોંચાડે છે.

આ રીતે વાત કરવામાં કોઈ વાંધો નથી, જેનાથી સાંભળનારને કોઈ દુ:ખ ન પહોંચે. એવી રીતે બોલવું જોઈએ કે બંનેને ખરાબ ન લાગે. બીજાને ખરાબ ન લાગે, તેમને હેરાનગતિ ન થાય, એ વિચારથી આપણે ક્યારેક સાચું બોલવાથી ગભરાઈએ છીએ. કોઈ ને કોઈ રીતે જણાવી દઈએ છીએ, પરંતુ તેના પહેલાં ખૂબ વિચારીએ છીએ અને મૂંઝવણમાં મુકાઈએ છીએ કે વાત કેવી રીતે કરીએ.

જ્યારે કોઈ વિકલ્પ ન મળે તો સચ્ચાઈને છુપાવ્યા વગર સાવધાનીથી એકદમ સહેલાઈથી કહી જ દેવી બરાબર છે. તેનાથી બીજાને નુકસાન નથી થતું. છળ-કપટને કોઈ અવકાશ નથી પણ જે રીતે આપણે કહેવા માંગતા હોઈએ તે કદાચ શક્ય ન હોય.

પરિસ્થિતિ એવી આવી જાય કે ગઈકાલે જે વિચારેલું, તેનું આજે આચરણ ન કરી શકીએ. વાત કોઈ પણ રીતે કરીએ પણ સાચું બોલવાથી કોઈનું નુકસાન થતું નથી. આપણા વિચારોમાં, આપણા નિર્ણયમાં કોઈ દોષ નથી. એટલે જ આપણી વાતનું ફળ બંનેના માટે સારું જ હશે. આ સાચું છે.

અજવાળું અને અંધારું એકબીજાનાં વિરોધી નથી

વડીલો કહે છે, “શુભસ્ય શીઘ્રમ.” તેઓ એમ પણ કહે છે કે, “સમજી- વિચારીને કામ કરો.” તો શું આ બંને વાતો વિપરિત છે? અસંબંધિત છે? બિલકુલ નહીં. બંનેમાં સત્ય છે.

આ દુનિયામાં દરેક વાતનાં બે પાસાં હોય છે. બંને એકબીજાંથી જુદાં લાગે છે, પણ ખરેખર એવું નથી. જે, જેના સંદર્ભમાં હોય તેમ તેને સમજવું જોઈએ. “વધારે બોલવું બરાબર નથી, મૌનથી વધારે કોઈ ચીજ નથી.” આ કહેવત કોઈ એકના સંદર્ભમાં બરાબર હોઈ શકે છે.

“મનની વાત, મનમાં રાખીને ચૂપ રહીને, મૌન ધારણ કરીને, ખરાબ કામ કરવું બરાબર નથી.” કોઈ બીજા સંદર્ભમાં આવું પણ કહેવું પડે છે. તેનો અર્થ એવો ક્યારેય નથી કે પોતાની જ વાતને આપણે કાપી રહ્યા છીએ.

આ જ નહીં, એક જ વ્યક્તિ જુદી જુદી પરિસ્થિતિમાં અલગ-અલગ, વિરૂદ્ધ વાત કરી શકે છે. એ સંદર્ભમાં બંને વાતો બરાબર જ હશે. તેનો અર્થ એ નથી કે તેને આપણે જૂઠું કે કપટી કે ચંચળ કહી શકીએ. દરેક વાતની એક મર્યાદા હોય છે. આ હદને જો પાર કરી દઈએ તો જીવનનું સંતુલન ખોરવાઈ જશે. કોઈ પણ વાતમાં આપણે ‘અતિવાદ’નો સહારો ન લેવો જોઈએ. બંને પાસાં ઉપર વિચાર કરવાથી ખબર પડી જાય છે કે આપણે શું કરવું જોઈએ. સંતુલન ક્યાં છે અને કઈ બાબતનું સમર્થન કરવું બરાબર રહેશે? આ સૂક્ષ્મ સંબંધને સમજીને ચાલવામાં જ જીવનની સાર્થકતા છે.

એવા કેટલાંય સત્ય છે કે જેને આંચ નથી આવતી. કઈ પરિસ્થિતિમાં, કઈ હદ સુધી તેમને અપનાવવાં જોઈએ એ આપણે અનુભવથી જાણી શકીએ છીએ.

તમે સાંભળીને કે વાંચીને કેટલુંય જ્ઞાન મેળવી લો, પણ જ્યારે આચરણની વાત આવે છે તો આપણાં જ્ઞાન અને અનુભવોના આધાર પર સંદર્ભને જોતાં જ કામ કરવું જોઈએ.

ભલાઈથી ભલું કરીએ

"દરરોજ, બસ પાંચ મિનિટ વ્યાયામ કરો. તમારી તબિયત સુધરી જશે", ડૉક્ટર કહે છે, "પાંચ મિનિટ ભગવાનનું સ્મરણ કરો. તમને મુક્તિ મળી જશે." આધ્યામિક ગુરુ કહે છે. યોગગુરુ કહે છે, "પાંચ મિનિટ ધ્યાનમાં બેસશો, તો તમને માનસિક આનંદ પ્રાપ્ત થશે." મનોવૈજ્ઞાનિકનું કહેવું છે, "જો તમારે જીવનમાં મહાન માણસ બનવું છે, તો પાંચ મિનિટ પોતાની ભૂલોની સમીક્ષા દરરોજ પોતે પોતાની રીતે કરીને જુઓ." દાંતના ડૉક્ટર કહે છે, "રોજ પાંચ મિનિટ પોતાના દાંત પર ધ્યાન આપો. બીમારી તમારી આસપાસ પણ નહીં ફરકે." પ્રાકૃતિક વૈદ્યનું કહેવું છે, "રોજ સારી રીતે સ્નાન કરો. શરીરના બધા રોગો ગાયબ થઈ જશે."

આ રીતે દરેક જણ 'પાંચ મિનિટ' કહે છે તો આપણે અસમંજસમાં પડી જઈએ છીએ.

આ બધી સારી વાતો છે, પણ શું આપણે તેનું આચરણ કરી શકીશું? આ બધું કરવાનો ન મોકો મળે છે, ન તો સમય. અંતે કંઈ ન કરીને સમય વ્યર્થ પસાર કરીએ છીએ. જેનાથી આપણું ભલું થાય તેવી અન્ય વાતો પણ છે. વડીલોએ પોતાના અનુભવના આધારે, માનવ-કલ્યાણ માટે આ બધી વાતો કહી છે. પણ આ બધી વાતોનું આચરણ નહીં કરી શકાય. જીવનમાં અનેક કામ એવાં પણ છે, જે આપણે આજીવિકા માટે કરવાં પડે છે.

આ દુનિયામાં દરેકની જીવન જીવવાની રીત અલગ હોય છે. જો દરેક જણ પોતાની રીતે, પોતાની હદમાં રહીને, જે તેઓ સહેલાઈથી કરી શકે છે અને જેને કરવાનો મોકો તેમને મળે છે, તે કામ કરશે તો તેમને સુખ પ્રાપ્ત થશે.

"આપણે બધું નથી કરી શકતા." એવી ચિંતા છોડીને, આપણી જરૂરિયાત પ્રમાણે જે કામ આપણે જાણીએ છીએ તેને જ કરીએ તો બધું મળે જ છે.

મૌન આપણને ડરાવે છે

ભય અને ધીરજ એકબીજાંની વિરુદ્ધ લાગણીઓ છે, છતાં પણ તે બંને વચ્ચે ઘનિષ્ઠ સંબંધ છે. આપણને ખબર હોવી જોઈએ કે સાચું ધૈર્ય અને સાચો ભય કેવાં હોય છે. જો એકની જગ્યાએ બીજાને ઓળખવામાં ભૂલ કરીશું, તો ગરબડ થઈ જશે.

આપણે હંમેશાં પૂછીએ છીએ, “સારું, એ કહો કે શું થયું? સાચું કહેજો કે તમે એવું કેમ કર્યું?” છતાં પણ એ વ્યક્તિ પાસે સાચું બોલાવવું અશક્ય છે. વાત પોલીસ સ્ટેશન કે કોર્ટની નથી, આપણા ઘર-પરિવારને સબંધિત છે. આપણો ઉદ્દેશ્ય એ હોય છે કે સચ્ચાઈ જાણવાથી સમસ્યાનું સમાધાન થઈ શકે છે, છતાં પણ એ વ્યક્તિ મોં નથી બોલતી, પૂતળાની જેમ ઊભી રહે છે, જવાબ નથી આપતી. અંતમાં હારીને દંડ આપવાની ધમકી આપવામાં આવે છે તો કહે છે, “તમારા ડરને કારણે જ જવાબ નથી આપ્યો.” સાચું પૂછો તો એ ડર નથી, જિદ્દી છે. વાત ન કહીને એ એક રીતે બહાદુરી બતાવે છે.

ગભરામણનું મહોરું પહેરીને, નિર્ભયતા બતાવી પોતાના વર્તનમાં જિદ્દીપણું દેખાડે છે.

સાચું ન બોલનારનું હૃદય ખૂબ મજબૂત હોય છે. જે સહેલાઈથી ડરી જાય છે, તે જરા જેટલી ધમકીથી પણ બધું બોલી જાય છે.

પરંતુ જો કોઈ એમ કહે કે, “ડરનો માર્યો, સજાના ભયના કારણે જ હું વાત ન કહી શક્યો.” તો એ જાણી લો કે તે અવ્વલ નંબરનો જુઠ્ઠો છે.

સચ્ચાઈ ન કહેવાના કારણે પરિસ્થિતિ બગડે છે અને ત્યારે દંડ આપવા સિવાય બીજો કોઈ રસ્તો નથી હોતો.

લાખ કોશિશ છતાં પણ જે સાચું ન કહે, બહુ જ બૂમાબૂમ કરવા છતાં પણ મોં ન ખોલે, તેનું મન મજબૂત હોય છે.

સમજી વિચારીને કામ કરીએ

જાણતાં-અજાણમાં આપણાથી ભૂલો થઈ જાય છે. તેના માટે માફી પણ મળી જ જાય છે. પરંતુ જાણપે અજાણ્યે અત્યાચાર કરીએ તો તેની સજા પણ ભોગવવી જ પડે છે.

ક્યારેક અત્યાચાર કર્યા વગર પણ કોઈ-કોઈ વાર સજા થઈ જાય છે, પરંતુ આ સજા લાંબા સમય માટે નથી હોતી. સચ્ચાઈની ખબર પડ્યા પછી જ આપણને માફ કરવામાં આવે છે.

જે હારી જાય છે તેમની આપણે મશ્કરી કરીએ છીએ. આપણે આપણી જાતને ખૂબ માનીએ છીએ અને ઘમંડ કરીએ છીએ. ત્યારે આપણે એ નથી વિચારતાં કે હાર-જીત તો સહજ વાત છે, ક્યારેક આપણે હારી પણ શકીએ છીએ.

કહેવાય છે કે, પોતાના પાપનું પ્રાયશ્ચિત્ત કરવાથી આપણને નુકસાન થતું નથી. લોકો એવું માને છે કે પસ્તાવાથી વધારે કોઈ પ્રાયશ્ચિત્ત નથી. આ તો બરાબર જ છે, પરંતુ પાપ કરવું અને પ્રાયશ્ચિત્ત માટે વિચારવું એક આદત ન બનવી જોઈએ.

કોઈ ને કોઈ રીતે પૈસા કમાવા મન ઇચ્છે છે, પરંતુ જ્યારે સાચી રીતે પૈસા કમાઈએ છીએ, ત્યારે જ આપણા મનને શાંતિ મળી શકે છે.

આપણે જાણીએ છીએ કે અધર્મ શું છે? સારી રીતે જાણીએ છીએ. જાણીએ છીએ કે પાપ શું છે? પરંતુ સ્વાર્થના કારણે ક્યારેક આ વાતોને અવગણીએ છીએ, પણ શું આનું ખરાબ ફળ આપણને નથી મળતું? જરૂર મળે છે.

અન્યાય અને અધર્મની કમાણીથી શાશ્વત સુખ-શાંતિ નથી મળી શકતાં. એટલે જ સારા લોકો ન્યાયની કમાણી, ભલે તે થોડી કેમ ન હોય, તેનાથી સંતોષ મેળવે છે. આ ભલાઈનું જ મહત્ત્વ છે.

શારીરિક સુખ ભોગવવાનું પણ આપણને ખૂબ મન થાય છે, પણ રોગના ભયના કારણે ગભરાઈએ છીએ.

બીજાની બૂરાઈ કે નુકસાન કરતી વખતે પણ આ રીતે ગભરાવું જોઈએ, એટલે જ તમે કોઈનું ભલું ન કરી શકો તો કોઈ વાંધો નથી પણ નુકસાન તો ન જ કરવું.

ભૂલોની યાદી ઘટાડીએ

સવારે ઊઠતાં જ અને આખા દિવસ દરમ્યાન આપણે કેટલીય ભૂલ કરીએ છીએ. ગેરસમજોમાં રહીએ છીએ. આનાથી કોઈ મોટું નુકસાન નથી થતું. ભૂલ કરવી એ કોઈ વિચિત્ર કે નવાઈ પમાડે તેવી વાત નથી.

વાત એ છે કે, આપણે પોતાની ભૂલો કબૂલ કરવા નથી ઇચ્છતા. આપણો અંતરાત્મા એમ કહે છે કે, “તમે ખોટું કામ કર્યું” છતાં પણ આપણે પોતાની ભૂલ માનતા નથી. આપણે કોઈ ભૂલ નથી કરી, એમ કહીને છૂટી જવા ઇચ્છીએ છીએ. એક જુઠ્ઠાણાને છુપાવવા માટે સો ખોટાં કામ કરવાં પડે છે.

ભૂલ કબૂલ કરવાથી આપણે એટલે અચકાઈએ છીએ કે, બીજા માણસો આપણને નીચા ન સમજે. આપણી નિંદા કરીને આપણને ક્યાંક દંડ ન આપે. આ પ્રકારની કલ્પના મનમાં કરીને આપણે ડરીએ છીએ.

ભૂલ ન માનવાની આ જીદ આપણને અનેક કઠિન પરિસ્થિતિઓમાં મૂકે છે. કોઈ ને કોઈ બહાનું બનાવીને બીજાને દગો આપીએ છીએ, પરંતુ આ પ્રકારનો પ્રભાવ આપણને આગળ વધવા નથી દેતો કે સફળતા પ્રાપ્ત કરવામાં અડચણ ઊભી કરે છે.

ક્યારેક ક્યારેક આપણે જાણી નથી શકતા કે આપણાથી શું ભૂલ થઈ છે. જ્યારે કોઈ આપણને જણાવે કે આપણે ભૂલ કરી છે, તો તે માનવામાં જ ડહાપણ છે.

આ છોડીને, “મેં શું ભૂલ કરી છે? મેં જે કર્યું છે તે બરાબર જ છે.” આમ કહીને જીદ કરવાથી આપણું જ નુકસાન થાય છે. પોતાની ભૂલોને સુધારવી જોઈએ. તેમનું સમર્થન ન કરવું જોઈએ.

જો આપણે પોતાની ભૂલો છુપાવીશું તો બીજા પણ આમ જ કરીને દગો કરશે. આ પ્રકારે દરેક વ્યક્તિ જૂઠ્ઠું બોલવા માંડે તો લોકોના પરસ્પર સંબંધ બરાબર નહીં રહે. ભૂલને તુરંત માની લેવી એ જ સાચી વ્યક્તિના ગુણ છે.

પોતાના વિશે જાણો છો?

શું આપણે કોઈ દિવસ પોતાના વિશે વિચારીએ છીએ? ક્યારેય આપણી શારીરિક અને માનસિક તંદુરસ્તી વિશે વિચાર કર્યો છે? શું આપણે આપણી સંભાળ લઈએ છીએ? આપણા માટે સારું શું છે, એનું ધ્યાન રાખીએ છીએ?

એનો જવાબ નકારાત્મક જ મળશે. આપણા માટે નુકસાનકારી હોય તેવી બાબતોને આપણે છોડતાં નથી અને જે આપણા માટે સારી હોય છે તેનો સ્વીકાર કરતાં નથી. આવા પ્રકારનો સ્વભાવ ધરાવતી વ્યક્તિ કેવી રીતે ખુશ રહી શકે?

એ વાત સાચી નથી કે આપણે બીજાની પરવા કરીએ છીએ. બીજાનું સારું થાય તેનું વધુ ધ્યાન રાખીએ છીએ.

સહુથી પહેલાં આપણે આપણી સંભાળ લેવી જોઈએ. આપણી પોતાની ઉપેક્ષા ન કરવી જોઈએ. સાથોસાથ પોતાની જાતને પ્રેમ કરવો જોઈએ. એ પછી જ આપણે પરિવારને પ્રેમ કરી શકીશું. પોતાનો પરિવાર વ્યવસ્થિત ચલાવી શકીશું.

જો આપણે એવું નથી કરતાં તો એવું કહેવું એક જાતનું નાટક જ છે કે, આપણે સમાજ માટે, આપણા દેશ માટે કામ કરી છીએ. “આખું જગત એક પરિવાર છે.” વગેરે સૂત્રો સાંભળવામાં સારાં લાગે છે.

વાસ્તવમાં તો આપણે સહુથી પહેલાં પોતાની જાત સાથે પ્રેમ કરવો જોઈએ.

દરેક વ્યક્તિએ પોતાના પરિવારને પ્રેમ કરવો જોઈએ. ત્યાર પછી તે પોતાની આજુબાજુ પ્રેમ કરી શકે છે. બધા લોકો આટલું કરે એ જ બહુ છે. ત્યાર પછી જ આખું જગત એક પરિવાર બની શકે છે.

તો ચાલો, પહેલાં પોતાના વિશે વિચારીએ. પોતાનું ભલું કરીએ. છેવટે આપણું ભલું એ સમાજનું ભલું છે.